

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**Estilos de Vinculação e Mecanismos de Defesa: Um estudo
com jovens adultos**

João Baginha Boavida de Carvalho

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

(Secção de Psicologia Clínica da Saúde/ Núcleo de Psicologia Clínica Dinâmica)

2014

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA



**Estilos de Vinculação e Mecanismos de Defesa: Um estudo
com jovens adultos**

João Baginha Boavida de Carvalho

Dissertação orientada pela Professora Doutora Constança Biscaia

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

(Secção de Psicologia Clínica da Saúde/ Núcleo de Psicologia Clínica Dinâmica)

2014

Agradecimentos

À professora Doutora Constança Biscaia, orientadora deste trabalho, pelo apoio, conselhos e disponibilidade na ajuda, sem a qual este trabalho não poderia ser realizado.

À professora Doutora Rosa Novo pelo seu apoio e disponibilidade em colaborar na realização deste trabalho.

Aos meus pais, obrigado por todo incentivo, conselhos suporte que me têm dado, não só nesta fase, mas durante toda o meu percurso. Obrigado por acreditarem em mim.

Aos meus amigos que estiveram presentes nos vários momentos, que me aturaram e pela vossa ajuda. À Bárbara e à Ana pela paciência e disponibilidade em me ajudarem neste processo, pelo incentivo que me têm dado e pelas inestimáveis contribuições que fizeram ao longo deste trabalho.

Resumo

O presente trabalho foca-se no estudo da relação entre os estilos de vinculação, mecanismos de defesa e estilos defensivos, em jovens adultos com mais de 18 anos. Tem como objetivos: Analisar as diferenças nos estilos defensivos em função do tipo de vinculação – Segura ou Insegura (1); Analisar a relação entre estilos de vinculação e estilos defensivos (2); Analisar as relações entre as dimensões da vinculação e estilos defensivos (3); Analisar Diferenças dos vários mecanismos de defesa em função do estilo de vinculação (4); Analisar a relação entre Dimensões da Vinculação e Defesas (5). Foram utilizados 3 instrumentos: Um questionário Sociodemográfico; O questionário *Experiência em Relações Próximas – Experience in Close Relations* – traduzido e adaptado em Portugal por Moreira e colegas (2006); e finalmente o *Questionário de Estilo Defensivo – Defensive Style Questionnaire-40* (Andrews, Singh, & Bond, 1993). Participaram neste estudo 110 indivíduos, masculinos e femininos, com idades superiores a 18 anos. Os resultados permitiram verificar que: (1) Existem correlações significativas entre estilos de vinculação e estilos defensivos; (2) Existem correlações significativas entre dimensões da vinculação e estilos defensivos; (3) Existem diferenças significativas nos estilos de defensivos em função do tipo de vinculação; (4) Existem diferenças significativas em vários mecanismos de defesa em função do estilo de vinculação; Existem correlações significativas entre dimensões da vinculação e vários mecanismos de defesa. Os resultados são discutidos com base na literatura existente. São referidas as limitações do estudo e propostas para investigações futuras.

Palavras-chave: Vinculação, Estilos Defensivos, Mecanismos de Defesa.

Abstract

The present research focuses on the study of the relation between attachment styles, defense mechanisms and defensive styles, in young adults. The aims of this study are: to analyze differences in the defensive styles in function of the type of attachment – Secure or Insecure (1); to analyze the relation between attachment styles and defensive styles (2); to analyze the relation between attachment dimensions and defensive styles (3); to analyze differences in the defense mechanisms in function of the attachment style (4); to analyze the relation between attachment dimensions and defense mechanisms (5). For this investigation 3 different instruments were used: *a Sociodemographic questionnaire*; *The Experience in Close Relations Questionnaire* translated and adapted in Portugal by Moreira and colleagues (2006); and finally the Defensive Style Questionnaire-40 (Andrews, Singh, & Bond, 1993). 110 subjects, over 18 years of age, male and female participated in this study. The results revealed that: (1) there were differences in the defensive styles in function of the type of attachment; (2) there were meaningful correlations between attachment styles and defensive styles; (3) there were meaningful correlations between attachment dimensions and defensive styles; (4) there were differences in multiple defense mechanisms in function of the attachment style; (5) there were significant correlations between the attachment dimensions and various defense mechanisms. These results are discussed in the light of the existing literature. Study limitations and suggestions for further investigations are presented.

Key-words: Attachment, Defensive Style, Defense Mechanisms.

Índice

| | |
|---|----|
| Introdução..... | 1 |
| Capítulo 1. Contextualização Teórica..... | 3 |
| 1.1. Vinculação..... | 3 |
| 1.1.1. Evolução do conceito de Vinculação no Adulto..... | 7 |
| 1.1.2. Modelo da vinculação do adulto de Mikulincer e Shaver | 10 |
| 1.2. Mecanismos de Defesa | 12 |
| 1.2.1. Evolução do conceito de Mecanismo de Defesa..... | 12 |
| 1.2.2. Funcionamento e organização dos Mecanismos de Defesa..... | 13 |
| 1.2.3. Desenvolvimento e adaptabilidade dos Mecanismos de Defesa | 17 |
| 1.3. Estilos de Vinculação e os Mecanismos de Defesa..... | 18 |
| 1.3.1. Mecanismos de Defesa e Vinculação Segura | 20 |
| 1.3.2. Mecanismos de defesa e Vinculação Insegura | 22 |
| 1.3.2.1. Mecanismos de Defesas e Estilos de Vinculação Preocupados..... | 23 |
| 1.3.2.2 Mecanismos de Defesa e Estilos de Vinculação Evitantes | 24 |
| Capítulo 2. Objetivos e Hipóteses do Estudo | 26 |
| Capítulo 3. Metodologia..... | 28 |
| 3.1. Participantes | 28 |
| 3.2. Instrumentos | 28 |
| 3.2.1. Questionário Sociodemográfico..... | 28 |
| 3.2.2. Questionário de Estilos Defensivos-40 (DSQ-40)..... | 29 |
| 3.2.3. Experiências em Relações Próximas (ERP) | 30 |
| 3.3. Procedimento de Recolha da Amostra..... | 31 |
| 3.4. Procedimento de análise de dados | 32 |
| Capítulo 4. Resultados | 34 |
| 4.1. Análise descritiva dos instrumentos | 34 |
| 4.1.1 Experiências em Relações Próximas..... | 34 |

| | |
|---|----|
| 4.1.2. Questionário de Estilo Defensivo – 40..... | 35 |
| 4.2. Caracterização do Estilo de Vinculação na amostra total..... | 36 |
| 4.3. Caracterização do Estilo Defensivo na amostra total | 37 |
| 4.3. Análise das diferenças dos Estilos Defensivos em função do Tipo de Vinculação | 38 |
| 4.4. Análise das correlações entre Estilos de Vinculação e os Fatores Defensivos | 39 |
| 4.5. Análise da correlação entre as Dimensões da Vinculação e os Estilos de Defensivos | 40 |
| 4.6. Análise das diferenças dos vários Mecanismos de Defesa em função do Estilo de Vinculação | 41 |
| 4.7 Análise da correlação entre Dimensões da Vinculação e Mecanismos de Defensivos | 45 |
| Capítulo 5. Discussão..... | 47 |
| 5.1. Análise das diferenças dos Estilos Defensivos em função do Tipo de Vinculação | 47 |
| 5.2. Análise das correlações entre Estilos de Vinculação e Fatores Defensivos | 48 |
| 5.3. Análise das correlações entre Dimensões da Vinculação e os Fatores Defensivos | 49 |
| 5.4. Análise das diferenças dos vários Mecanismos de Defesa em função do Estilo de Vinculação | 50 |
| 5.5 Análise da correlação entre Dimensões da Vinculação e Mecanismos de Defensivos | 55 |
| Capítulo 6. Conclusão | 57 |
| Referências Bibliográficas | 60 |
| Anexos..... | 68 |

Índice de tabelas

| | |
|---|----|
| Tabela 1. Caracterização sociodemográfica da amostra. | 28 |
| Tabela 2. Resultados obtidos no ERP | 34 |
| Tabela 3. Resultados obtidos no DSQ-40..... | 35 |
| Tabela 4. Caraterização das variáveis Dimensionais da Vinculação na amostra total | 37 |
| Tabela 5. Análise da distribuição do Tipo de Vinculação na amostra total | 37 |
| Tabela 6. Análise da distribuição dos Estilos de Vinculação na amostra total..... | 37 |
| Tabela 7. Análise da distribuição dos Estilos Defensivos na amostra total | 38 |
| Tabela 8. Caraterização dos Estilos Defensivos na amostra total..... | 38 |
| Tabela 9. Caracterização dos Estilos Defensivos em função do Tipo de Vinculação | 38 |
| Tabela 10. Análise Correlacional os Estilo de Vinculação e os Estilos Defensivos | 39 |
| Tabela 11. Análise Correlacional entre Dimensões da Vinculação e Estilos Defensivos | 40 |
| Tabela 12. Caracterização dos Mecanismos de Defesa em função do Estilo de Vinculação | 42 |
| Tabela 13. Análise Correlacional entre Dimensões da Vinculação e Mecanismos de Defesa..... | 45 |

Índice de anexos

| | |
|--|----|
| Anexo 1. Instruções e Questionário Sócio-Demográfico..... | 69 |
| Anexo 2. Experiência em Relações Próximas (ERP)..... | 71 |
| Anexo 3. Questionário de Estilo Defensivo (DSQ-40)..... | 74 |
| Anexo 4. Consentimento Informado e informações sobre a investigação..... | 77 |
| Anexo 5. Resultados obtidos pelos Participantes em todos os Instrumentos..... | 79 |

Introdução

Nos últimos anos tem-se verificado uma aproximação e integração da teoria da vinculação com outros constructos psicanalíticos, nomeadamente os mecanismos de defesa, tendo-se observado uma maior ligação a nível teórico entre a vinculação e processos defensivos do Ego.

No entanto, tendo em conta que só nos últimos anos é que começaram a surgir alguns estudos que procuram oferecer resultados empíricos que relacionem estes dois constructos, o nível destas evidências ainda se encontra bastante reduzido na literatura (Biernbaum, 1998). A presente investigação assume assim como principal objetivo tentar contribuir para o corpo teórico vigente, procurando encontrar evidências empíricas, que permitam suportar as ideias sugeridas na literatura.

O estabelecimento de vínculos seguros com as figuras de vinculação primárias tem sido indicado como um fator importante no desenvolvimento de mecanismos de defesa mais maduros e adaptativos (Fosha, 2002). Pelo contrário, os conflitos e as inseguranças associadas a estilos de vinculações inseguras têm sido ligados a necessidades defensivas precoces, onde o Ego tem que recorrer a várias defesas de forma a combater os afetos negativos resultantes de falhas nas relações primárias. Estas defesas moldadas nas relações primárias irão tornar-se parte do funcionamento futuro do indivíduo, caracterizando e influenciando os seus padrões relacionais e funcionamento intra-psíquico (Lyon-Ruth, 1999; Eagle & Wolitzky, 2009). Esta relação entre a vinculação e os mecanismos de defesa do Ego será demonstrada com mais detalhe através do processo de revisão bibliográfica realizado.

Com base nestas ideias, procurou-se estudar a relação empírica entre os estilos de vinculação e os vários mecanismos de defesa e estilos defensivos. Recorrendo-se a uma amostra não-clínica, onde se procurou caracterizar os vários estilos de vinculação, estilos defensivos e mecanismos de defesa, de forma a procurar-se uma relação entre os vários constructos.

De seguida apresenta-se de forma sumária a organização e conteúdos dos diferentes capítulos que constituem o presente trabalho.

O primeiro capítulo do trabalho diz respeito à revisão de literatura e ao enquadramento teórico, encontrando-se dividido em três subcapítulos. O primeiro sub-

capítulo procura enquadrar a evolução do conceito de vinculação ao longo do tempo, bem como oferecer um modelo compreensivo e explicativo da vinculação do adulto. O Segundo sub-capítulo centra-se no conceito de mecanismo de defesa, é feito um enquadramento teórico da evolução deste conceito, também é feita uma descrição do funcionamento e organização dos vários mecanismos de defesa avaliados no presente estudo, sendo por fim revisto processo de desenvolvimento e adaptabilidade dos mecanismos de defesa. O terceiro sub-capítulo procura enquadrar juntamente os estilos de vinculação e os mecanismos de defesa, sendo feito um resumo das principais ideias teóricas que procuram unir estes dois constructos. Para tal, por um lado, são revistas as várias ideias que procuram ligar os mecanismos de defesa a vinculações seguras e por outro são revistas as ideias que procuram ligar os mecanismos de defesa com os vários estilos de vinculação inseguros.

O segundo capítulo diz respeito ao modelo da investigação, aos objetivos e hipóteses de investigação colocadas.

No terceiro capítulo é descrita a metodologia de investigação, nomeadamente: os participantes; instrumentos utilizados; e os procedimentos de recolha da amostra e análise estatística.

No quarto capítulo é feita uma apresentação detalhada dos resultados encontrados na presente investigação, sendo feita uma discussão destes resultados no quinto capítulo.

Finalmente, no sexto capítulo apresentam-se as conclusões gerais do trabalho, são apresentadas algumas limitações deste e feitas algumas sugestões para investigações futuras.

Capítulo 1. Contextualização Teórica

1.1. Vinculação

A teoria da vinculação tem sido indicada como uma das teorias psicanalíticas que melhor une conhecimentos da psicologia geral com as teorias psicodinâmicas clínicas (Fonagy & Target, 2003).

A teoria da vinculação relaciona-se com a forma como o indivíduo forma padrões relacionais e estes moldam as suas interações ao longo da vida. Desta forma o *Estilo de Vinculação* pode ser definido como um padrão sistemático de expectativas, necessidades, emoções, estratégias de regulação emocional e comportamentos relacionais, que resulta da internalização de uma história particular de experiências de vinculação, e consequente dependência de uma estratégia particular, relacionada com a vinculação, para a regulação emocional (Fraley & Shaver, 2000).

Este é constantemente moldado e influenciado pelas relações afetivas que se vão estabelecendo durante a vida. As várias relações, desde as mais precoces, são internalizadas e representadas através de Modelos Internos Dinâmicos, influenciando a forma como percebemos o mundo e a forma como lidamos com os vários desafios e conflitos nas áreas intra e interpessoais (Sroufe, Carlson, Levy & Egeland, 1999).

A teoria da vinculação foi inicialmente desenvolvida pelo psicanalista John Bowlby, na sua tentativa de compreender os impactos emocionais sofridos por crianças, quando estas se encontravam separadas dos pais. Procurando assim compreender o efeito tão duradouro que estas relações precoces têm no desenvolvimento da personalidade.

Bowlby começou a desenvolver as suas ideias e a sua teoria da vinculação, devido ao seu desacordo com as teorias vigentes na primeira metade do século XX, que postulavam que as ligações emocionais entre ao bebé e a mãe como uma pulsão secundária derivada de pulsões primárias, como a alimentação (Fonagy & Target, 2003).

Inspirado pelos dados recolhidos no campo da etiologia, este propõe que as ligações entre o bebé e a mãe surgem de uma necessidade biológica do bebé se manter próximo de uma figura cuidadora. Bowlby começa assim a definir a sua teoria da

vinculação em 1958 no seu trabalho “The Nature of the Child’s Tie to His Mother” (Ainsworth & Bowlby, 1991). Posteriormente, com o prolongar da sua investigação, Bowlby redige três volumes acerca da vinculação – *Attachment and Loss* (Bowlby, 1969, 1973, 1980) – onde reelabora as suas ideias (Cassidy & Shaver, 2008).

Na visão do autor, de forma a garantir as necessidades de proteção da criança, existe no ser humano um sistema comportamental de vinculação, um repertório de comportamentos instintivos (comportamentos de vinculação), ativados quando são percebidos perigos. Deste modo é possível ao bebé estabelecer e manter uma relação próxima com a uma figura de vinculação que lhe proporcione proteção (Bowlby, 1982). Segundo esta perspetiva, se a criança sentir que a figura de vinculação está disponível e atenta, sente-se amada e segura, o que facilitará e estimulará comportamentos, de exploração e de interação com o ambiente. Quando a figura de vinculação não é sentida como estando próxima e disponível, a criança sente ansiedade. Nestas situações é provável que esta exiba comportamentos de vinculação, que se manterão ativos até que a proximidade desejada seja atingida. Segundo Bowlby, estas experiências iniciais com as figuras de vinculação teriam o potencial de formar as expectativas que a criança irá desenvolver relativamente ao seu próprio valor e à disponibilidade e acessibilidade dos outros significativos.

Assim, as diferentes experiências individuais com as figuras de vinculação moldam a forma como o sistema de vinculação se irá expressar no indivíduo. A ativação repetida do sistema de vinculação em vários contextos e as respostas das figuras de vinculação vão levar à construção de representações mentais destas interações, que são guardadas na memória sobre a forma de Modelos Internos Dinâmicos de Vinculação (Internal Working Models, ou IWM) do Self e dos Outros significativos (Bowlby, 1973). Estas representações internalizadas formam um conjunto de regras, expectativas e conhecimentos sobre a acessibilidade e disponibilidade das figuras de vinculação, e sobre o valor do Próprio e a sua capacidade de influenciar os outros, de forma a ajudar a prever interações futuras.

Apesar do sistema de vinculação se expressar sobretudo na infância, Bowlby (1988) refere que este se mantém ativo durante toda a vida, influenciando as expectativas, emoções e comportamentos relacionais em todas as relações próximas ao longo da vida.

Com o amadurecer das ideias por detrás da teoria da vinculação alguns conceitos foram sofrendo alterações ao longo do tempo.

Em 1977, Soufre e Watter redefinem o sistema de vinculação como tendo como principal objetivo a manutenção, por parte do indivíduo, de um sentimento de segurança – isto é, um sentimento que o mundo é geralmente seguro e que as figuras de vinculação se encontraram disponíveis se necessário – alterando desta forma o conceito original, onde o sistema de vinculação era visto como uma forma de regular a proximidade física em relação às figuras de vinculação consoante várias pistas externas. Esta alteração vem acentuar o papel das emoções e fantasia na teoria da vinculação, passando esta a ir para além dos eventos físicos em si e das respostas concretas da criança face à separação. Esta alteração vem também salientar a função de regulação emocional associada ao sistema de vinculação (Fonagy & Target, 2003; Mikulincer & Shaver 2007).

No caso de as figuras de vinculação se revelarem disponíveis, sensíveis e eficazes em conter a criança, esta pode desenvolver um sentimento de segurança. Estas características percebidas dos outros, para além de favorecerem a construção de representações positivas dos Outros, permitem que a procura de proximidade seja encarada como uma forma de regulação emocional. É também através deste contacto inicial com as figuras de vinculação que emergem as representações positivas do Self – como sendo capaz e amado – através da introjeção dos traços de segurança que as relações com a figura de vinculação transmitem (Mikulincer & Shaver, 2004).

No entanto, se as figuras de vinculação primárias não se mostram disponíveis e responsivas, quando requisitadas, não pode existir um sentimento que promova um estado interno de segurança. Isto proporciona o aparecimento de preocupações, que ficam associadas às representações do Self e dos Outros, promovendo um sentimento de vulnerabilidade.

As experiências negativas com as figuras de vinculação têm assim, o potencial de produzir um mal-estar interno – caracterizado por sentimentos de ansiedade, tristeza e raiva – promovendo a formação de estratégias de vinculação secundárias e a utilização de defesas para regular estes sentimentos negativos. Desta forma existe uma necessidade defensiva de excluir informações potencialmente dolorosas, derivadas de vinculações inseguras, que faz com que as representações internas ou IWM, nestes casos, se tornem distorcidos e adquiram uma função defensiva (Bowlby, 1982). Por de

trás destas distorções existe uma exclusão defensiva de informações, que por sua vez levam à adoção de estratégias de vinculação secundárias (desactivação ou hiperactivação do sistema de vinculação), que são sustentadas pela construção de IWM de vinculação distorcidos (Bretherton & Munholland, 2008).

Quer no caso da vinculação segura, quer no caso da vinculação insegura são estes modelos do Self e do Outro, bem como as estratégias que a eles se associam, que caracterizaram os padrões interpessoais, ou estilos de vinculação do indivíduo (Mikulincer & Shaver 2007).

O conceito estilo de vinculação foi proposto por Ainsworth (1985; Ainsworth et. al, 1978) para descrever os padrões das respostas de crianças face à separação e reencontro com as suas figuras de vinculação.

Inicialmente foram propostos três estilos de vinculação: 1) no primeiro estilo, o *Seguro*, existe uma procura de aproximação para obter conforto da mãe, particularmente após momentos de separação. Mostrando-se a criança reconfortada com este contacto e novamente confiante para explorar o meio envolvente; 2) Algumas crianças aparentam não se mostrar ansiosas face à separação com a mãe e não procuram aumentar a proximidade com esta após a separação, sendo as crianças pertencentes a este grupo denominadas *Evitantes*; 3) As crianças pertencentes ao terceiro grupo, denominadas *Ansiosas/Ambivalentes*, revelam-se altamente afetadas pela separação e distância face à figura de vinculação, mostrando-se, no entanto, pouco reconfortadas com a reaproximação desta.

Posteriormente, Main e Soloman (1990) sugerem um quarto grupo, denominado *Desorganizado*, onde são colocadas as crianças que aparentam não ter um estilo de vinculação estável, exibindo comportamentos contraditórios e que se revelam perturbadas no momento da reunião com a figura de vinculação.

Tendo por base as novas descobertas e alterações teóricas, Shaver e Mikulincer (2002) definem o *estilo de vinculação* como o padrão sistemático de expectativas, necessidades, emoções, estratégias de regulação emocional e comportamentos relacionais, resultante da internalização de uma história particular de experiências de vinculação e que irá favorecer uma dependência de uma estratégia de vinculação particular a fim de proporcionar a regulação emocional.

1.1.1. Evolução do conceito de Vinculação no Adulto

Um outro avanço que se tem verificado na Teoria da Vinculação tem sido o alargar desta, de forma a abranger o funcionamento do adulto. Isto acontece porque, apesar do objetivo inicial de Bowlby ter sido compreender a relação entre a criança e o seu cuidador, a introdução de conceitos como os IWM, a proposta de que estes modelos continuam a exercer a sua influência ao longo da vida e a elaboração do conceito segurança percebida, vêm permitir alargar o conceito de vinculação ao funcionamento do adulto (Cicchetti et. al. 1990).

Assim, com o início dos anos 80 diversos autores iniciam o estudo do impacto que os processos de vinculação exercem na idade adulta, nomeadamente como estes podem influenciar o estabelecimento de relações próximas nos adultos. Com efeito Hazan e Shaver (1987) propõem que a teoria da vinculação pode ser usada para estudar as relações amorosas nos adultos. A elaboração de modelos da vinculação do adulto surge, desta forma, como uma extensão da teoria da Vinculação inicialmente proposta por Bowlby e Ainsworth, com o intuito de explicar as variadas diferenças comportamentais, emocionais e cognitivas que se verificam nas relações do adulto (Mikulincer & Shaver, 2003 cit. por Mikulincer & Shaver, 2007).

O sistema de vinculação no adulto, tal como na criança, tem uma função protetora. As várias experiências precoces com as figuras de vinculação continuam a exercer a sua influência durante a vida do sujeito, agindo como protótipos para as relações futuras e influenciando a forma como várias crenças, emoções e desejos são inferidos nestas (Crittende 1990; Fonagy, Gergely & Target, 2002). No entanto, no caso dos adultos não se verificam tantos comportamentos de aproximação como forma de atingir esta proteção (Mikulincer e Shaver, 2007). Isto acontece porque, com o desenvolvimento as representações internas associadas aos IWM transformam-se em fontes de proteção simbólica.

A estabilidade dos estilos de vinculação tem vindo a ser demonstrada através de vários estudos longitudinais, verificando-se uma correspondência nos estilos de vinculação na infância e na idade adulta (George, Kaplan & Main, 1985). Existe assim uma influencia continuada exercida pelos em IWM ao longo da vida, sendo estes projetados e transferidos para novas relações (Andersen & Glassman, 1996).

As inúmeras ideias acerca da vinculação adulta têm sido exploradas e desenvolvidas de formas distintas, consoante diferentes tradições de investigação. Das várias tradições destacam-se duas linhas distintas: uma centrada na observação clínica direta e outra baseada na recolha de informação através de questionários.

Através de uma abordagem clínica Main e colegas (George, Kaplan, & Main, 1985 cit. por Mikulincer & Shaver 2007; Main & Goldwyn, 1988 cit. por Mikulincer & Shaver 2007) elaboraram a Adult Attachment Interview (AAI), de modo a estudarem as representações mentais da vinculação nos adultos. Segundo esta metodologia os entrevistados são classificados em três categorias paralelas às propostas por Ainsworth (Seguro, Evitante e Preocupado/Ansioso).

Utilizando uma metodologia distinta Hazan e Shaver (1987) procuraram utilizar as ideias propostas por Bowlby para estudarem as relações amorosas, desenvolvendo para este fim uma escala de auto-relato, onde pediam aos sujeitos para caracterizarem os seus sentimentos, comportamentos e tendências nas suas relações amorosas. Na forma original do instrumento era pedido aos participantes que lessem uma série de descrições (correspondentes aos estilos de vinculação propostos por Ainsworth) e selecionarem aquela que melhor descrevia a forma como se comportam nas suas relações.

Nos anos posteriores ao desenvolvimento deste instrumento foram elaborados outros questionários com o intuito de melhorar a precisão do instrumento original, ou por outro lado, avaliar outros conceitos propostos por Ainsworth, como por exemplo, a ansiedade relativamente à separação e comportamentos de procura aproximação (Mikulincer & Shaver, 2007).

Através da análise fatorial dos vários instrumentos disponíveis na altura, surgem duas grandes dimensões na vinculação do adulto – a *Preocupação* e a *Evitação* (Brennam, Clark e Shaver, 1998). A *Evitação* é caracterizada pelo desconforto face à proximidade e dependência relativamente aos parceiros, existindo uma preferência pela distância emocional, uma postura de independência exacerbada e a utilização de estratégias de desativação para lidar com inseguranças e ansiedade. A dimensão da *Preocupação*, por sua vez, consiste num forte desejo de proximidade e proteção, existindo uma preocupação excessiva relativamente à disponibilidade dos parceiros e dúvidas acerca do valor do próprio, sendo empregadas estratégias de hiperativação para lidar com estas inseguranças e ansiedades.

Segundo este modelo dimensional, indivíduos com resultados baixos nas duas dimensões são considerados seguros. O estilo ansioso refere-se à região na qual a *Preocupação* é elevada e a *Evitação* é baixa. Por fim, ao estilo Evitante pertencem aqueles que obtêm resultados elevados na *Evitação* e baixos na *Preocupação*.

Um outro desenvolvimento importante que contribuiu para o desenvolvimento da pesquisa e teoria da vinculação do adulto, foi o modelo proposto por Bartholomew em 1990. Esta propõe um modelo que procura interpretar as duas grandes dimensões da vinculação do adulto – *Evitação* e *Preocupação* – de acordo com os termos propostos por Bowlby (1969/1982) relativamente aos Modelos Internos Dinâmicos de Vinculação do Self e do Outro.

A autora sugere que a dimensão da *Preocupação* pode ser conceptualizada como o modelo do Self (positivo ou negativo) e que a *Evitação* por seu lado pode ser conceptualizada como o modelo do Outro (positivo ou negativo). Segundo este modelo, as várias combinações das duas dimensões podem enquadrar-se em quatro categorias/estilos de vinculação (Bartholomew, 1990). Estas categorias correspondem às categorias propostas inicialmente por Hazan e Shaver (1987), sendo acrescentado uma quarta categoria, o estilo Evitante Desligado. Neste modelo, os indivíduos que não são ansiosos/preocupados nem evitantes e que se consideram a si e aos outros como tendo valor são classificados como pertencendo ao ***estilo Seguro***; Os indivíduos ansiosos, mas não evitantes consideram-se pessoas de pouco valor, contudo têm uma imagem positiva dos outros, preocupando-se muito com as suas relações, enquadrar-se no ***estilo Preocupado ou Ansioso***; Os indivíduos evitantes, que não são ansiosos, possuem uma imagem de si positiva e uma percepção negativa dos outros, promovendo assim uma procura manter distância nas suas relações, estes indivíduos pertencem ao ***estilo Evitante Desligado***; Os indivíduos ansiosos e simultaneamente evitantes que possuem pouco valor de si e dos outros, afastam-se por verem os outros como rejeitantes e pouco confiáveis, pertencem ao ***estilo Evitante Receoso*** (Bartholomew & Horowitz, 1991).

Este modelo de quatro categorias tem vindo a ser confirmado empiricamente, nomeadamente, a existência de dois tipos de estilos Evitantes. Como resultado este modelo tem sido cada vez mais empregue para descrever a vinculação do adulto (Cassidy & Shaver, 2008).

No entanto, apesar dos progressos conceptuais e metodológicos no estudo da vinculação no adulto, ainda existem questões por resolver. Um dos problemas consiste em determinar se a melhor forma de conceptualizar os padrões de vinculações é através de categorias dimensionais ou tipológicas (Fraley & Waller, 1998; Griffin & Bartholomew, 1994).

Uma segunda questão relaciona-se com a melhor forma de conceptualizar as duas dimensões subjacentes à vinculação do adulto, existindo o debate se a medição se deve focar em avaliar diferenças nos Modelos Internos de Vinculação, ou em variações funcionais do sistema de vinculação (Cassidy e Shaver, 2008).

1.1.2. Modelo da vinculação do adulto de Mikulincer e Shaver

De forma a caracterizar a ativação e funcionamento do sistema de vinculação, Mikulincer e Shaver (2003 cit. por Mikulincer & Shaver, 2007) propuseram um modelo da vinculação do adulto que integra as vastas descobertas neste campo.

O modelo aborda três pontos: 1) Procura de proximidade face à ativação do sistema de vinculação (estratégia primária); 2) as consequências positivas de utilizar esta estratégia de forma a obter apoio da figura de vinculação securizante; 3) a necessidade da utilização de estratégias secundárias (hiperativação ou desativação) face a figuras vistas como não responsivas. Este modelo é então composto por três módulos. O primeiro está relacionado com a monitorização e interpretação de acontecimentos potencialmente ameaçadores, que levam à ativação do sistema de Vinculação, sejam estas ameaças acontecimentos físicos, ou psicológicos, reais ou fantasiados, conscientes ou inconscientes.

Se os acontecimentos forem interpretados como ameaçadores o sistema de vinculação é ativado em duas etapas. Na primeira etapa existe uma ativação pré-consciente do sistema, que favorece o acesso a pensamentos relacionados com a vinculação e a tendências comportamentais. Na segunda etapa, esta ativação pré-consciente, origina pensamentos conscientes de procura de proximidade.

O segundo componente do modelo relaciona-se com a avaliação da disponibilidade e responsividade das figuras de vinculação. Este componente é

responsável pelas diferenças individuais nos sentimentos de segurança, que é moldado através das experiências repetidas com as figuras de vinculação primárias.

O processo da ativação do sistema de vinculação é influenciado pelo estilo de vinculação e vai diferir entre sujeitos com vinculações seguras e com vinculações inseguras (Mikulincer & Shaver, 2002).

Na vinculação segura as representações mentais têm características positivas, o que torna mais acessíveis os pensamentos reconfortantes associados a experiências de interações positivas, promovendo assim a procura de proximidade como uma estratégia efetiva para reduzir o desconforto emocional. Com efeito favorece igualmente a mobilização de representações positivas acerca do próprio, geradoras de conforto. A disponibilidade da figura de vinculação e os resultados positivos desta avaliação vão posteriormente reforçar a formação de relações íntimas, que maximizam o ajustamento sem a necessidade de recorrer a defesas que distorçam a realidade, como a inflação narcísica, ou tentativas de fusão simbiótica com terceiros (Mikulincer & Shaver, 2007).

Nos casos de vinculação insegura – resultantes de experiências relacionais frustrantes com as figuras de vinculação primárias – existem sentimentos dolorosos não resolvidos que marcam o sistema de vinculação, que conduzem à necessidade de formar de representações mentais defensivamente distorcidas. Nestes casos, existe portanto, uma convicção latente que a procura de proximidade pode não ser suficiente para a contenção emocional, o que reforça a utilização de estratégias secundárias.

O terceiro componente corresponde a uma avaliação da viabilidade da procura de proximidade de uma figura de vinculação, sendo que consoante esta avaliação serão empregues estratégias de hiperativação ou desativação, como forma de lidar com as ameaças, sendo este responsável pelas diferenças individuais entre indivíduos com vinculações inseguras.

É importante referir que em cada componente e nas avaliações que a estes se associam, existe uma influência mútua do contexto e de traços de personalidade. Estes componentes são afetados pelos IWM – do Self e do Outro – que vão enviesar a avaliação que é feita das ameaças, da disponibilidade da figura de vinculação e da viabilidade da procura de proximidade.

Em termos gerais, o modelo enfatiza, quer a realidade (o contexto atual em que o sistema de vinculação é ativado), quer as fantasias, defesas e enviesamentos cognitivos associados às estratégias e estilos de vinculação (Mikulincer & Shaver, 2007).

1.2. Mecanismos de Defesa

Apesar de a ansiedade ser um afeto inevitável na vida, quando esta se torna excessiva ganha contornos desestabilizadores, o que torna a capacidade de controlar a ansiedade um processo fundamental para a nossa adaptação (Lemma, 2003).

Devido a este fator, o ego tem ao seu dispor várias operações mentais que permitem proteger o indivíduo da ansiedade excessiva, bem como de outros afetos negativos e sentimentos potencialmente dolorosos, que possam surgir nas várias circunstâncias do dia-a-dia. Estas operações a que o ego recorre para evitar a ansiedade e o desprazer são denominados *Mecanismos de Defesa* na literatura psicodinâmica. Ao longo do tempo este conceito tem vindo a sofrer várias alterações.

1.2.1. Evolução do conceito de Mecanismo de Defesa

O conceito de defesa é introduzido pela primeira vez por Freud em 1894, de forma a descrever os mecanismos de defesa específicos que operam na histeria, tendo estes sido definidos originalmente como forças direcionadas contra a expressão de determinados impulsos indesejáveis.

Através dos trabalhos do seu pai, Anna Freud continuou a trabalhar o conceito de mecanismos de defesa, alargando a noção de defesa e sugerindo que estas também têm um importante papel adaptativo. Assim, a função das defesas passa a de proteger o ego dos afetos que derivam das forças pulsionais, podendo estas ser usadas para lidar com situações quer da realidade externa, quer da realidade interna (Freud, 1936).

Com os trabalhos de Melanie Klein e dos autores das teorias das relações de objetos, as defesas são postuladas como funcionando em sistemas, estando estes associados a relações de objeto internalizadas, que formam organizações defensivas estáveis ao longo do tempo.

Assim, com a evolução da teoria psicanalítica, a definição clássica das defesas, como formas de funcionamento pouco desejáveis e associados a conflitos intrapsíquicos resultantes da oposição de pulsões e instâncias intrapsíquicas, tem vindo a ser alargada. Atualmente, as defesas são percecionadas como possuindo uma grande influência a nível das relações interpessoais e a nível do desenvolvimento (Cooper, 1998). O papel adaptativo destas tem vindo a ser reforçado, uma vez que estas ajudam e proporcionam ao indivíduo uma forma de adaptar as suas necessidades internas às necessidades sociais e relacionais (Matos, 2002).

Em 1994, Vaillant descreve cinco das principais propriedades dos mecanismos de defesa: 1) os mecanismos de defesa são as formas principais de gestão de conflito e dos afectos; 2) são relativamente inconscientes; 3) são distintos entre si; 4) apesar de estarem significativamente associados à presença de psicopatologia, são reversíveis e, por último, podem ser tanto patológicos como adaptativos.

A definição atual de Mecanismos de Defesa define-os como processos, na sua maioria inconscientes, que protegem o indivíduo de stressores internos ou externos, tendo, portanto, uma função normal e adaptativa, podendo, no entanto tornarem-se psicopatológicos, ou desadaptativos se usados de uma forma rígida, inflexível e excessiva (Perry & Bond, 2005).

1.2.2. Funcionamento e organização dos Mecanismos de Defesa

Os mecanismos de defesa têm a função de proteger o indivíduo de perigos externos ou internos, geradores de mal-estar psicológico (Fonagy & Target, 2003). O modo como os mecanismos de defesa protegem o indivíduo tem vindo a ser alargada ao longo do tempo com o desenvolvimento da teoria psicanalítica. Atualmente estes são vistos como tendo as seguintes funções: a) protegem o indivíduo de sentimentos de perda, abandono, sentimentos de medo e angústia (Matos, 2002); b) Mantêm o narcisismo e mantêm um sentimento de segurança interna (Gabbard, 2004, McWilliams, 2005); c) mantêm a estabilidade interna e integração do ego (Pearson, Cooper & Gabbard, 2005; McWilliams 2005, Cramer 2006); d) permitem gerir conflitos passados e presentes (Gabbard, 2004); e) controlam impulsos de forma a promover a adaptação às necessidades relacionais e sociais (Matos, 2002). De forma a atingirem estes fins, os

mecanismos de defesa alteram a realidade subjectiva do sujeito, ao negarem e ao distorcerem a realidade, com o intuito de evitar a percepção de experiências potencialmente perturbantes e dolorosas (Lemma, 2003; Caligor, Kernberg e Clarkin, 2007). Assim, os Mecanismos de Defesa atuam ao nível das percepções (e representações) dos outros e do próprio, ao nível das ideias e ao nível dos sentimentos.

Coimbra de Matos (2002) ao abordar os esquemas de ação dos mecanismos de defesa do Ego refere que estes podem intervir de diferentes formas: 1) distorcendo a expressão dos pensamentos, impulsos e sentimentos ao nível da sua representação ou ação; 2) Limitando o acesso destes à consciência; 3) Adaptando as necessidades internas às circunstâncias da realidade externa.

Por sua vez Knapp (cit. por Lemma, 2003) ao elaborar os mecanismos de ação das defesas do ego forma cinco categorias: 1) exclusão dos sentimentos e pensamentos da consciência (Repressão); 2) alteração dos pensamento e emoções para que estas possam ser disfarçadas de forma a facilitar a aceitação e expressão destas (Sublimação); 3) expressão direta dos sentimentos e pensamentos, mas sem que estes tenham impacto emocional (Intellectualização); 4) substituição dos sentimentos ou pensamentos originais por outros (Reação-Formativa); 5) distorção da realidade interna e externa, e da distorção da percepção dos outros e do próprio (como por exemplo a Clivagem).

Consoante a sua forma de ação os mecanismos de defesa protegem o indivíduo de diferentes formas, variando entre si na forma como manipulam a percepção da realidade e a forma como os sentimentos e pensamentos se manifestam.

Apesar de existir um consenso de que a forma que os indivíduos conseguem organizar defensivamente a sua experiência interna e externa é quase ilimitada, existe também um consenso que as várias defesas identificadas ao longo do tempo se podem ordenar segundo uma organização hierárquica, consoante o seu grau de flexibilidade e de adaptabilidade (Caligor et al. 2007, Perry & Bond, 2005). Cramer (2006) refere que a maturidade dos mecanismos de defesa é definida mediante considerações teóricas e clínicas, conforme o período em que estes se tornam predominante e consoante a complexidade das operações mentais envolvidas.

A divisão das defesas em três grupos hierárquicos consoante o seu grau tem sido utilizada por vários autores – Maduras, Neuróticas e Imaturas – sendo um dos modelos com mais consenso (Kernberg, 1976, Vaillant, 1993).

As defesas maduras são assim designadas pois envolvem distorções cognitivas menores, permitindo a expressão consciente dos afetos e pensamentos, revelando assim um grau maior de adaptabilidade e flexibilidade. Estas defesas capacitam o indivíduo a lidar com situações que provocam ansiedade com um mínimo de sofrimento emocional (Vaillant, 1993). As defesas maduras não impedem o acesso das percepções à consciência, nem alteram a percepção da realidade. Na *Supressão* existe uma atitude intencional e adaptativa de deixar de lado um sentimento ou pensamento permitindo ao indivíduo tomar uma atitude construtiva para lidar com os seus problemas (Caligor, et. al. 2007). A *Sublimação* permite uma expressão de impulsos de uma forma atenuada e indireta, evitando consequências adversas, ou que impliquem uma perda da gratificação (Vaillant, 1992). O *Humor* envolve a capacidade de ver os aspetos engraçados de uma situação difícil, como forma de reduzir o desconforto e criar uma distância útil desta (Gabbard, 2004). A *Antecipação* envolve o planeamento antecipado como forma de lidar com situações potencialmente stressantes (Caligor, et. al., 2007). Mecanismos deste nível têm sido associados a níveis mais elevados de funcionamento adaptativo e a melhores níveis de saúde (Flannery & Perry, 1990).

As Defesas de nível Neurótico alteram os afetos e procuram impedir que aspetos em conflito da experiência interna se tornem conscientes (Caligor, et. al., 2007). Na *Formação-Reativa*, afetos e ideias inaceitáveis são banidos da consciência e substituídos pelos seus opostos (Caligor, et. al., 2007). O *Pseudo-Altruismo* corresponde a uma procura de gratificação através da prestação de cuidados a outros (Vaillant, 1992). Através da *Anulação* o indivíduo procura tentar negar implicações vergonhosas de comportamentos anteriores tentando compensa-las fazendo o seu oposto (Gabbard, 2004). A *Idealização* envolve ver os outros ou o próprio como exageradamente bons, com o objetivo de evitar ansiedades relacionadas com a tomada de consciência de sentimentos negativos (Kernberg, 1976).

As Defesas Imaturas ou Primitivas são sobretudo caracterizadas pela distorção da realidade interna e externa, estas defesas clivam e dissociam aspetos da experiência consciente de forma a evitar o conflito (Caligor, et. al., 2007). Estas defesas estão, na

sua maioria, relacionadas com a *Clivagem*, defesa onde dois aspetos da experiência conflituantes podem emergir integralmente na consciência de forma separada, não se manifestando ao mesmo tempo na mesma relação (Kernberg, 1976). A *Projeção* permite a perceção de impulsos e características inaceitáveis do próprio como externas, sendo estas alocadas em objetos externos (Gabbard, 2004). A *Desvalorização* consiste numa atribuição de características exageradamente negativas a si e aos outros (Vaillant, 1992). A *Dissociação* implica uma modificação temporária, mas drástica das características de personalidade ou da consciência da identidade pessoal de forma a evitar o conflito, incluem-se nesta defesa as “fugas”, reacções de conversão histérica, egocentrismo e sentimentos megalomaniacos (Vaillant, 1992). A *Agressão-Passiva* permite ao sujeito evitar o conflito através expressão da agressividade de uma forma não afirmativa e indireta, através de uma aparente passividade, existindo uma “máscara” de submissão que esconde o ressentimento e hostilidade (Apa, 2004; Gabbard, 2004). O *Acting-Out* é um termo usado para descrever um estilo defensivo onde as emoções e sentimentos são canalizados em ações em vez de serem refletidos (Gabbard, 2004). Através do *Isolamento* verifica-se uma incapacidade de experienciar simultaneamente os componentes afetivos e cognitivos de uma situação, impedindo a componente afetiva de se tornar consciente (Vaillant, 1992). No *Deslocamento* sentimentos relacionados com uma ideia ou objeto são transferidos para outro objeto ou ideia (Gabbard, 2004). Na *Fantasia-Autista* existe uma retirada para o mundo interno, onde o indivíduo enfrenta conflitos recorrendo às suas fantasias de forma a substituir a procura de relações e situações de carácter interpessoal (APA, 2004). Com a *Negação* existe uma evitação (negação) da tomada de consciência de aspetos da realidade externa que são difíceis de ser encarados (Gabbard, 2004, Caligor, et. al., 2007). Na *Somatização* os conflitos e dificuldades emocionais são convertidos em sintomas físicos, nos quais as atenções podem ser centradas (Gabbard, 2004).

Apesar das defesas mais imaturas serem associadas a formas de compreender o mundo menos desenvolvidas, maiores dificuldades, maior mal estar-psicológico e menor desenvolvimento do ego, o seu potencial psicopatológico deve ser compreendido abrangendo toda a organização defensiva. Não é a presença de defesas imaturas que é sinal de psicopatologia, mas sim a ausência de defesas maduras (McWilliams, 2005).

Por outro lado, embora exista um consenso entre autores, relativamente ao agrupamento das defesas consoante o nível de maturidade, existem diferenças entre

autores na classificação de algumas defesas. Gabbard (2004), por exemplo, considera a introjeção uma defesa neurótica, enquanto Lemma (2003) a considera uma defesa de tipo primitivo/imaturo. É também de salientar que as várias defesas sejam colocadas num contínuo de desenvolvimento, a mesma defesa pode ser vista como estando associada a funcionamentos mais ou menos maduros (Mcwillians, 2005; Caligor, et. al., 2007). Por exemplo, a idealização, pode estar associada à convicção de que outra pessoa é perfeita ou produzir apenas uma sensação subtil de que outra pessoa é especial. Kernberg e colegas (2007) ao referirem-se à projeção afirmam que esta nas suas formas mais primitivas se associa à clivagem, como inicialmente descrito por Melanie Klein (1946), ou que esta pode em patologias mais “leves” reforçar e apoiar a repressão.

1.2.3. Desenvolvimento e adaptabilidade dos Mecanismos de Defesa

Os mecanismos de defesa são, portanto, funções do ego, utilizados para combater estados dolorosos e destabilizantes, que possam comprometer a integração deste. Apesar de inicialmente serem vistos como tendo um potencial patológico, atualmente estes mecanismos estão profundamente relacionados com o desenvolvimento mental normal do indivíduo, sem serem forçosamente indicadores de patologia (Cramer, 2006). Sendo de esperar, que ao longo do seu desenvolvimento o indivíduo, evolua e desenvolva progressivamente mais defesas maduras em detrimento de defesas mais imaturas.

Coimbra de Matos (2002) refere que devido à grande imaturidade do sistema nervoso do recém-nascido, este vai ter uma grande dependência relativamente ao meio e à mãe, tendo estes posteriormente uma grande influência no processo de crescimento e aprendizagem.

Assim como referiu Winnicott (1965), a criança só pode ser compreendida na matriz relacional que tem com a mãe. A relação primária vai portanto ser fundamental para a evolução harmónica do recém-nascido. Os pais são necessários para protegerem a criança da sua vulnerabilidade e de experiências esmagadores e desestabilizadoras. Com o estabelecimento de uma relação suficientemente boa com os cuidadores formam-se as condições que permitem ao ego da criança desenvolver-se e tornar-se autónomo. Necessitando progressivamente menos que os cuidadores funcionem como egos

auxiliares (Winnicott 1960a, 1960b). Nesta relação suficientemente boa é oferecido um ambiente contendor que protege a criança de estados mentais intoleráveis para o ego durante este período de vulnerabilidade. É através do estabelecimento de relações positivas que se pode dar o crescimento do Ego, o que dá às relações primárias uma importante função formativa (Guntrip, 1969; Pearson et. al., 2005). A integração de um ego saudável por seu lado facilita o desenvolvimento de defesas maduras (Sandstrom & Cramer 2003, cit. por Cramer 2006).

Por outro lado, falhas e ausências de uma figura primária contribuem para o desenvolvimento de estados afetivos destabilizadores do desenvolvimento do ego e favorecem o aparecimento de ansiedades das quais o ego da criança se tem que proteger. Formam-se, então, sistemas defensivos duradouros que combatem e tentam gerir estados afetivos intoleráveis resultantes destas falhas relacionais (Lemma, 2003). As defesas operam assim contra as falhas empáticas dos adultos, sendo mobilizadas para estas não serem reconhecidas, levando a distorções defensivas da experiência do Self para protegerem os laços com a mãe (Fonagy et al., 2002; Cramer, 2006). Estas dificuldades na infância precoce vão acentuar e cristalizar o uso das defesas disponíveis, aumentando a probabilidade que estas continuem a ser usadas ao longo da vida, tornando-se, por um lado parte da personalidade e por outro, dificultando o desenvolvimento de defesas mais adaptativas (Block e Block, 1980). Apesar de as defesas utilizadas nestes períodos e as distorções que estas promovem, terem um carácter adaptativo neste período, estas podem tornar-se desadaptativas se usadas de forma rígida ao longo do desenvolvimento.

As experiências precoces com figuras significativas e as relações ao longo da vida vão moldar o desenvolvimento do indivíduo e o seu estilo defensivo e vão marcar a personalidade, na forma como este lida com os conflitos, afetos e emoções que aparecem no dia-a-dia nos contextos interpessoais e intrapessoais (Blaya, et al., 2004).

1.3. Estilos de Vinculação e os Mecanismos de Defesa

Apesar de Bowlby rejeitar a noção psicanalítica de mecanismos de defesa na sua elaboração da teoria de vinculação, refere que as estratégias de vinculação secundárias associadas aos estilos inseguros funcionam como estratégias defensivas, que emergem

no sistema de vinculação (Bretherton & Munholland, 2008). Estas estratégias, segundo o autor, advêm de distorções defensivas, dos IMW, que nas vinculações inseguras, levam a enviesamentos das representações do Self e dos Outros (Bowlby, 1988). Estas representações que se desenvolvem na infância precoce contêm-na sua estrutura marcas afetivas do diálogo criança-cuidador, incluindo distorções e representações que se tornam defesas intrapsíquicas (Lyon-Ruth, 2003). A teoria da vinculação enfatiza assim o processo defensivo como necessário para lidar com medos que se associam com interações relacionadas com a vinculação, estando estas associadas a conflitos iniciais na díade precoce criança-cuidador, que criam tensões entre as necessidades da criança e as respostas dos cuidadores (Lyons-ruth, 1999). Estas dificuldades criam assim um conflito entre a expressão das necessidades de vinculação e as expectativas de rejeição por parte das figuras de vinculação (Eagle e Wolitzky, 2009).

Lyon-Ruth (2003) vê as estratégias de vinculação, as defesas e componentes conflituais a estas associadas, como manifestações das representações (IWM) inconscientes que se formam na infância. A autora refere que as exclusões e distorções que estas representações sofrem durante a infância precoce, acabam eventualmente por se transformar em defesas intrapsíquicas. Nesta perspetiva, os distúrbios na relação maternal levam a distorções defensivas da experiência do Self para proteger os laços com a mãe, levando posteriormente a padrões de vinculação inseguros (Fonagy et. al 2002; McWilliams, 2005).

É plausível postular que os estilos de vinculação resultantes de vinculações inseguras são a representação de uma rede complexa de mecanismos de defesa, para combaterem estados afetivos disruptivos associados a inseguranças na relação com as figuras de vinculação (Eagle & Wolitzky, 2009; Robinson, 2012).

Apesar da separação inicial entre a teoria da vinculação e as teorias psicanalíticas vigentes na altura, com o desenvolvimento teórico das duas perspetivas tem-se verificado uma reaproximação entre as duas teorias.

Ao abordar a Teoria da Vinculação, Hoffman (2006 cit. por Paterson, 2010) refere que a vinculação pode ser um fator significativo no desenvolvimento de defesas, afirmando que os padrões defensivos baseados em defesas mais primitivas se cristalizam em resposta a falhas precoces das figuras de vinculação.

Ao tentarem elaborar esta associação entre defesas e vinculação, alguns autores ao referirem-se aos IWM, afirmam que estes podem ser entendidos através de processos descritos nas linhas psicanalíticas mais clássicas (Shaver & Mikulincer, 2007; Renn, 2010). Por exemplo, (Renn, 2010) sugere que as distorções defensivas que os IWM sofrem de forma a promoverem o equilíbrio intrapsíquico podem ser entendidas através de defesas como a repressão, negação e idealização.

Apesar de ao longo do tempo se ter verificado uma maior ligação entre a vinculação e processos defensivos a nível teórico, só nos últimos anos é que se começaram a surgir evidências empíricas destas relações na literatura (Biernbaum, 1998).

Rivas (2009) ao tentar relacionar as defesas baseadas na vinculação, como descritas nas estratégias de vinculação e as defesas do ego, descritas na restante literatura, verificou que existe uma associação entre as duas.

Alguns trabalhos demonstram relações entre defesas específicas e estilos de vinculação, bem como diferenças entre os perfis defensivos de indivíduos com estilos de vinculação seguros e indivíduos inseguros (Biernbaum, 1998; Robinson, 2012). Por último, estas observações têm também vindo a ser verificadas através de estudos baseados em testes projetivos, onde se verifica uma relação sistemática entre defesas e processos de vinculação (Mikulincer, Shaver, Cassidy & Berant, 2009).

1.3.1. Mecanismos de Defesa e Vinculação Segura

Quando se verifica uma relação positiva com as figuras de vinculação primárias, a criança estabelece com elas uma relação em que estas funcionam como uma “base segura” (Ainworth et. al. 1978), que funciona como proteção contra os perigos e reduz sentimentos de medo. Esta relação com os cuidadores permite a criação de um ambiente seguro e afetivamente facilitador, que vai ser a base do desenvolvimento de funcionamento ótimo (Fosha, 2002). Os sentimentos de segurança na relação e a confiança nesta facilitam o desenvolvimento, por parte da criança, de sentimentos de confiança em si e de um narcisismo saudável (Soufre, 1996). A relação primária ao ser internalizada permite ao sujeito formar representações positivas de Si e dos Outros, existindo uma incorporação do ambiente contentor e facilitador, que passa a fazer parte

do mundo interno do indivíduo, moldando uma atitude interna flexível face às experiências emocionais (Fosha, 2002).

Numa relação de vinculação positiva e segura, o cuidador é capaz de oferecer um ambiente seguro e ajudar a criança a regular e conter afetos negativos, mitigando os efeitos disruptivos destes (Fonagy et. al., 2002). Com a internalização desta relação, os sentimentos de segurança podem ser mantidos e evocados ao longo da vida sem a presença de figuras de vinculação, contribuindo assim para o desenvolvimento adaptativo da regulação emocional do indivíduo (Sroufe, 1996). Estas experiências facilitam e são a base do desenvolvimento de um Ego coeso, permitindo ao indivíduo lidar com a sua experiência emocional de uma forma adaptativa.

Nestes casos, devido à internalização das experiências positivas vivenciadas nas primeiras relações, ego e indivíduo desenvolvem-se e são capazes de regular e experienciar estados afetivos negativos de uma forma adaptativa (Fosha, 2002). Devido à contenção proporcionada nas primeiras relações os afetos negativos perdem o seu potencial patogénico, o seu efeito disruptivo é atenuado, o que permite que estes sejam posteriormente vivenciados pelo Ego de uma forma adaptativa, potenciando a elaboração de defesas mais saudáveis e adaptativas para lidar com estas.

Sendo assim, indivíduos seguros conseguem aceder a memórias emocionais desagradáveis sem serem dominados por estas, não necessitam de recorrer a defesas que distorçam as perceções e representações.

Os efeitos positivos da vinculação segura no desenvolvimento do Ego têm vindo a ser demonstrados através de estudos empíricos (Mikulincer & Shaver, 2007). Alguns estudos empíricos também têm vindo a demonstrar a relação entre a vinculação segura e a formação de estilos defensivos maduros. Tem sido verificado que na vinculação segura existe uma capacidade de utilizar defesas de vários níveis, existindo uma tendência para a utilização de defesas mais maduras (Biernbaum, 1998). Mikulincer e colegas (Mikulincer, Orbach, & Iavnieli, 1998; Mikulincer & Horesh, 1999) verificaram que a vinculação segura se encontra inversamente associada a distorções defensivas das perceções do Self e dos Outros, estando também inversamente associada com a utilização de mecanismos projetivos.

1.3.2. Mecanismos de defesa e Vinculação Insegura

Ao contrário dos indivíduos que estabelecem vínculos seguros, indivíduos com vinculações inseguras necessitam de controlar a expressão de determinados estados afetivos, uma vez que inicialmente estes afetos não foram vivenciados de uma forma construtiva e positiva na relação com os cuidadores primários, devido a falhas nestas relações (Biernbaum, 1998).

No período das relações primárias, quando as respostas dos cuidadores transmitem indisponibilidade, ou são inconsistentes, a criança fica vulnerável a um receio difuso “pervasive fearfulness”, onde a raiva se torna numa experiência crónica e não um sinal (Soufre, 1996). Quando as figuras de vinculação se revelam pouco interessadas, indisponíveis, pouco empáticas, ou incapazes de disponibilizar contenção, existe uma falha de regular o estado emocional que inicialmente ativou o sistema de vinculação e o desejo de contacto é confrontado com a rejeição. Esta experiência para além de deixar a criança vulnerável e ansiosa, ao tentar conter as suas dificuldades sem apoio, deixa-a com sentimentos de humilhação, raiva e rejeição. Estas reações disruptivas da figura de vinculação vão elicitar uma vaga de reações secundárias, que se tornam a base dos afetos patogénicos (Fosha, 2002; Eagle & Wolitzky, 2009).

Estes afetos não contidos na díade, devido a falhas de contenção, são intensificados pelas próprias respostas emocionais da criança, aumentando o potencial disruptivo destas e criando um conflito na relação.

Estas experiências acabam elas próprias por ser internalizadas, perturbando o desenvolvimento ótimo do Ego (Fosha, 2002). As experiências negativas levam à construção de uma representação negativa dos outros, mas também a uma representação do Self negativa, ficando este vulnerável e incapaz de lidar de forma adaptativa com estes estados emocionais intoleráveis.

Cria-se uma necessidade de excluir estes estados emocionais, de forma a proteger o ego destas emoções patogénicas e preservar a relação de vinculação. As tentativas para escapar a estes estados tornam-se a base das estratégias defensivas. O ego frágil recorre aos mecanismos de defesa ao seu dispor, para evitar a instabilidade estabelecida através de IWM precoces, defendendo-se e modificando as representações associados a estes (Bowlby 1973, 1980, 1988; Fonagy et. al, 2002; Cassidy, 2008).

Quando existem situações que podem promover o reaparecimento destes estados afetivos as defesas são automaticamente utilizadas para evitarem as consequências emocionais (Fosha, 2002). Estas defesas, inicialmente moldadas nas relações primárias, vão tornar-se parte do funcionamento do indivíduo, quer a nível do funcionamento interpessoal, quer a nível intrapessoal formando o estilo defensivo do sujeito (Lyons-Ruth, 1999; Richardson, 2010). É a partir desta distorção defensiva das representações mentais (IWM) que surgem as estratégias secundárias (características dos padrões inseguros), que por sua vez, incluem as defesas psicológicas que se organizam nas próprias relações (Cassidy, 2008).

Estes IWM, estratégias secundárias e as defesas necessárias à manutenção destes vão continuar a exercer a sua influência ao longo da vida, sendo estes projetados e transferidos nas novas relações (Andersen & Glassman, 1996). Main e colegas (1985) demonstram que os IWM derivados dos padrões inseguros de vinculação se revelam resistentes a modificações ao longo do tempo devido à exclusão defensiva de informações incongruentes com estes. Tornam-se estruturas que têm padrões defensivos característicos no caso dos indivíduos inseguros (Shaver & Mikulincer, 2002). Por fim, tem sido verificado que crianças com vínculos inseguros têm uma probabilidade maior de usas defesas mais imaturas (Dubois-Contois, 2008).

1.3.2.1. Mecanismos de Defesas e Estilos de Vinculação Preocupados

As estratégias de hiperactivação, associadas a estilos de vinculação Preocupados/Ansiosos são suportadas por IWM, onde a representação do Self é negativa e a representação do Outro é positiva (Bartholomew, 1990). A estratégia preocupada assenta assim numa amplificação defensiva do outro e a consequente subjugação do Self (Fonagy et. al., 2002). Os indivíduos ansiosos por um lado, para se sentirem seguros têm que se sentir próximos de figuras de vinculação, colocando uma importância excessiva no conforto e aprovação dos outros (Paterson, 2010). Por outro lado, esta preocupação excessiva pode também ser hipotetizada como uma reação defensiva que permite evitar dificuldades emocionais e interpessoais mais angustiantes (Lynne & Jacques, 2002).

Devido a estes fatores, os indivíduos com um estilo de vinculação preocupado procuram captar a atenção dos outros como fonte de proteção, mostrando normalmente nos seus comportamentos uma expressão das emoções exagerada, bem como comportamentos impulsivos e intrusivos (Shaver & Mikulincer, 2008). Sendo que esta estratégia para além de promover a atenção do outro como proteção, pode servir como fachada defensiva que escondem problemas mais profundos (Shaver e Mikulincer, 2008).

A amplificação da representação do outro e consequente desvalorização do Self pode ser vista como resultante de um processo defensivo de idealização e de uma desvalorização do próprio como forma de proteger este outro idealizado, podendo esta estar igualmente associada a processos de clivagem (Paterson, 2010). Falhas a desejos podem despertar sentimentos de raiva, mas devido ao seu desejo de proximidade o sujeito ansioso pode impedir a expressão direta da sua hostilidade, virando-a para o próprio, ou associando-a a comportamentos impulsivos, ou fazendo uso de mecanismos que permitam suprimir e/ou justificar estes sentimentos (Shaver & Mikulincer, 2008).

Existe suporte, ainda que de forma indireta, que sujeitos ansiosos constroem uma figura de vinculação ausente como sinal das suas próprias vulnerabilidades (Mikulincer, Florian, Birnbaum & Malishevich 2002). Estudos empíricos têm demonstrado a existência de associações entre vínculos ansiosos e falhas na diferença Self-Outro, devido a mecanismos de projeção (Lopez, 2001). Com efeito, existe uma tendência do indivíduo preocupado para projetar características suas em terceiros como forma de reduzir a distância (Mikulincer & Horesh 1999).

1.3.2.2 Mecanismos de Defesa e Estilos de Vinculação Evitantes

Nos evitantes a falta de respostas empáticas resulta em sentimentos de abandono que criam uma necessidade defensiva (Fraley, Davis & Shaver 1998). As estratégias evitantes aparecem para proteger o Self através do isolamento, sendo que para tal ser alcançado desenvolvem-se estratégias de desativação, suportadas por IWM, onde a representação do Self é positiva e a representação do outro é negativa (Brazelton, 1990; Fonagy et. al., 2002). Existe uma negação de sentimentos negativos que possam sinalizar a necessidade de ajuda de terceiros, de forma a manter um sentimento de

distância. Desta forma, é possível evitar sentimentos dolorosos, ligados a experiências de rejeição, mantendo a ilusão que os outros não são necessários (Paterson, 2010). A ampliação do próprio Self e a associação das representações dos outros a imagens negativas, pode ser explicado através de processos de idealização, desvalorização, clivagem e projeção, utilizados para construir esta imagem negativa das relações e dos outros de forma a acentuarem o distanciamento (Paterson, 2010).

Capítulo 2. Objetivos e Hipóteses do Estudo

O objetivo geral desta investigação visa explorar e analisar as relações entre Estilos de Vinculação e Mecanismos de Defesa.

De forma mais detalhada, os objetivos específicos do estudo e as respetivas hipóteses são os seguintes:

Objetivo específico 1: Analisar as diferenças dos Estilos Defensivos em função do Tipo de Vinculação.

Hipótese 1a: Os sujeitos do grupo tipo vinculação segura apresentam valores significativamente mais elevados nas defesas Maduras.

Hipótese 2b: Os sujeitos do grupo tipo vinculação insegura apresentam valores significativamente mais elevados nas defesas Neuróticas e Imaturas.

Objetivo específico 2: Análise das relações entre Estilos de Vinculação e Estilos Defensivos.

Hipótese 2a: O estilo de vinculação seguro está positivamente correlacionado com um estilo defensivo mais maduro e negativamente correlacionado com estilos defensivos Imaturos.

Hipótese 2b: Os estilos de vinculação Ansiosos, Evitantes Receosos e Desligados estão correlacionados positivamente a estilos defensivos Neurótico e Imaturo.

Objetivo específico 3: Análise da relação entre as Dimensões da Vinculação e o Estilos de Defensivos.

Hipótese 3: Existe uma correlação positiva entre a Preocupação e Evitação e os estilos Defensivos Neurótico e Imaturo.

Objetivo específico 4: Analisar diferenças dos vários mecanismos de defesa em função do estilo de Vinculação.

Hipótese 4a: Existem diferenças significativas na defesa Idealização em função do estilo de vinculação.

Hipótese 4b: Existem diferenças significativas na defesa Desvalorização em função do estilo de vinculação.

Hipótese 4c: Existem diferenças significativas na defesa Acting-out em função do estilo de vinculação.

Hipótese 4d: Existem diferenças significativas na defesa Negação em função do estilo de vinculação.

Hipótese 4e: Existem diferenças significativas na defesa Supressão em função do estilo de vinculação.

Hipótese 4f: Existem diferenças significativas na defesa Fantasia-autista em função do estilo de vinculação.

Hipótese 4g: Existem diferenças significativas na defesa Anulação em função do estilo de vinculação.

Hipótese 4h: Existem diferenças significativas na defesa Isolamento em função do estilo de vinculação.

Hipótese 4i: Existem diferenças significativas na defesa Clivagem em função do estilo de vinculação.

Objetivo específico 5: Análise da relação entre Dimensões da Vinculação e Defesas.

Hipótese 5a: A dimensão Preocupação está correlacionada positivamente com: Somatização, Desvalorização, Acting-out, Projeção, Idealização.

Hipótese 5b: A dimensão Evitação está correlacionada positivamente com: Negação, Isolamento, Fantasia-Autista, Projeção, Desvalorização.

Capítulo 3. Metodologia

3.1. Participantes

A amostra final ficou constituída por cento e dez sujeitos, noventa e sete (88,2%) do sexo feminino e treze (11,8%) do sexo masculino. As estatísticas descritivas relativas ao conjunto dos dois grupos de participantes são apresentadas na Tabela 1. Verifica-se que as idades dos participantes variam entre os 18 e 47 anos ($M=21$). Apenas 3 dos participantes não são naturais de Portugal. Todos os participantes ingressam no ensino superior.

Tabela 1. Caracterização sociodemográfica da amostra.

| | Frequências | Percentagens | Média |
|----------------------|-------------|--------------|-------|
| Sexo | | | |
| Masculino | 13 | 11.8 | |
| Feminino | 97 | 88.2 | |
| Idade | | | 21.42 |
| Nacionalidade | | | |
| Portuguesa | 107 | 97.3 | |
| Cabo Verdiana | 2 | 1.8 | |
| Francesa | 1 | 0.9 | |
| Escolaridade | | | |
| 1º Ano Faculdade | 30 | 27.3 | |
| 2º Ano Faculdade | 31 | 28.2 | |
| 4º Ano Faculdade | 48 | 43.6 | |
| 5º Ano Faculdade | 1 | 0.9 | |

$N = 110$

3.2. Instrumentos

Os instrumentos utilizados no presente estudo foram os seguintes:

3.2.1. Questionário Sociodemográfico

Foi entregue aos participantes um breve Questionário Sociodemográfico, com o intuito de obter alguns dados sociodemográficos da amostra. Através deste questionário

foi possível recolher informações relativamente à idade dos participantes, género, escolaridade e naturalidade dos participantes.

3.2.2. Questionário de Estilos Defensivos-40 (DSQ-40)

O *Questionário de Estilos Defensivos – 40* corresponde à adaptação portuguesa do *Defenses Style Questionnaire – 40* (DSQ-40; Andrews, Singh & Bond, 1993), que é por sua vez uma adaptação do instrumento original desenvolvido por Bond e colegas (1983). Tem como principal objetivo identificar o estilo defensivo característico do indivíduo, isto é, a forma como este, conscientemente ou inconscientemente, lida com os conflitos.

Através do DSQ-40 podem ser avaliados vinte Mecanismos de Defesas e três Estilos Defensivos (Imaturo, Neurótico e Maduro).

A construção deste questionário teve uma base teórica psicodinâmica, sendo as defesas por ele avaliadas consistentes com a descrição no DSM-III-R Deaft Glossary of Defense Mechanisms do *Advisory Comittee on Defense Mechanisms* (Vaillant, 1992; Andrews et al., 1993).

O DSQ-40 foi construído sobre a forma de um questionário de auto-relato, baseado na premissa que o próprio sujeito é capaz de refletir e relatar os seus comportamentos com acuidade e que estes são capazes de aceder aos derivados conscientes das suas defesas (Bonde et. al, 1983, Hentschel, 2004). O instrumento é composto por quarenta itens, correspondentes a afirmações, às quais os participantes se reportam utilizando uma escala de Likert, que varia entre 1 (“discordo totalmente”) e 9 (“concordo totalmente”), onde é atribuído a uma posição neutra ao ponto cinco.

Cada mecanismo de defesa avaliado corresponde a uma subescala, correspondente à média dos dois itens que a compõem. Estas subescalas são: Pseudo-Altruísmo (itens 1, 28); Supressão (itens 2, 24); Sublimação (itens 3, 37); Racionalização (itens 4, 16); Humor (5, 25); Projeção (itens 6, 28); Formação-Reativa (itens 7, 27); Negação (itens 8, 18); Dissociação (itens 9, 15); Desvalorização (itens 10, 13); Acting-Out (itens 11, 20); Somatização (itens 12, 26); Fantasia Autista (itens 14, 17); Clivagem (itens 19, 21); Idealização (itens 23, 29); Antecipação (itens 29, 34);

Anulação (itens 31, 40); Isolamento (itens 33, 36); Deslocamento (itens 30, 32); e Agressão-Passiva (itens 22, 35).

Através destes mecanismos são possíveis calcular os três Estilos Defensivo, anteriormente referidos: Maduro, Neurótico e Imaturo – através da média dos itens que pertencem a cada Estilo. O Estilo Maduro é composto pelas Defesas: Supressão, Sublimação, Humor e Antecipação. O Estilo Neurótico pelas Defesas: Pseudo-Altruísmo, Formação-Reativa, Idealização e Anulação. O Estilo Imaturo é composto pelas 12 Defesas restantes, sendo estas: Racionalização, Projeção, Negação, Dissociação, Desvalorização, Acting-Out, Somatização, Fantasia-Autista, Clivagem, Isolamento, Deslocamento e Agressão-Passiva.

No que diz respeito às propriedades psicométricas da versão original, Andrews e colegas (1993), relatam boas medidas de consistência interna com valores que oscilam entre 0.58 e 0.80 para os três Estilos Defensivos e entre -0.01 e 0.89 para os Mecanismos de Defesa.

A versão resultante da adaptação portuguesa continua a apresentar bons resultados psicométricos, com um alfa de Cronbach de 0,787, demonstrando uma boa consistência interna. Os valores deste para os estilos defensivos também se revelam apropriados, variando entre 0,765 e 0,404 (Andresa, 2012).

3.2.3. Experiências em Relações Próximas (ERP)

O *Questionário de Experiências em Relações Próximas* corresponde à versão portuguesa do *Experiences in Close Relations* (Brennam, Clark e Shaver, 1998). Este é composto por 36 itens, que emergiram através da análise fatorial dos itens de auto-relato criados na década de 90. Tem como objetivo avaliar as duas dimensões da vinculação – Evitação e Ansiedade (Brennam, Clark e Shaver, 1998, Mikulincer & Shaver, 2007). Os itens dividem-se em duas escalas – Evitação e Ansiedade – cada uma composta por 18 itens.

A validade do instrumento tem sido demonstrada em diversos estudos em várias línguas, apresentando sempre valores de consistência interna elevados e valores de alfa de Cronbach próximo, ou mais elevados que 0,90 (Mikulincer & Shaver, 2007).

Os dados relativos à versão portuguesa revelam também bons valores de consistência interna e validade, com valores no alfa de Cronbach de 0.93 para a escala de Evitação e 0,87 para a de Preocupação (Moreira et al. 2006).

Na versão portuguesa a escala de Ansiedade é denominada de Preocupação (com as relações) de forma a evitar confusões com o constructo psicopatológico de Ansiedade. A versão portuguesa encontra-se também dividida em duas versões, uma para o sexo feminino e outra para o masculino, de forma a ter em consideração as formas verbais específicas a cada género (Moreira et al. 2006). No estudo presente, as duas versões foram juntas numa versão única, sendo mantida a especificidade para cada género.

Os itens das duas escalas encontram-se intercalados, sendo que os itens pares correspondem à escala de Preocupação e os itens ímpares à evitação. Tal como na versão original a escala de resposta é composta por uma escala Likert com apenas os pontos extremos (1 - “Discordo Fortemente” e 7 - “Concordo Fortemente”) e ponto médio (4 – Neutro/Misto). O cálculo das duas escalas corresponde à média dos itens que compõem cada escala, sendo primeiro necessário inverter os itens que necessitam desta transformação.

Moreira e colegas (2006) afirmam que é recomendável que o ERP seja limitado para a avaliação das duas dimensões – Evitação e Preocupação – da vinculação dos adultos. No entanto autores como Brennan, Clark e Shaver (1998), consideram ser possível obter, a partir deste instrumento quatro estilos de vinculação (Seguro, Preocupado, Evitante Receoso e Evitante Desligado). Tendo estes, demonstrado num estudo onde agruparam 1082 sujeitos segundo os quatro estilos de vinculação utilizando os resultados destes nas escalas de Evitação e Preocupação, que estas revelam uma grande semelhança com as categorias de Vinculação propostas por Bartholomew.

3.3. Procedimento de Recolha da Amostra

A amostra foi recolhida entre Fevereiro e Maio de 2014. Os participantes consistiram em 129 Estudantes do Ensino Superior do curso de Psicologia da Universidade de Lisboa e de Évora, do 1º, 2º, 4º e 5º ano do curso. A amostra foi recolhida durante o período de aulas com o consentimento e colaboração dos docentes

responsáveis por estas. A escolha das instituições foi realizada apenas por conveniência do autor, sendo a participação dos estudantes, a quem foram explicados os objetivos do estudo, foi voluntária.

Dos 129 questionários recolhidos 19 foram excluídos devido a erros e incongruências nas respostas dadas aos instrumentos.

3.4. Procedimento de análise de dados

O tratamento estatístico dos dados do presente estudo foi realizado através do *Software Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS, versão 22).

De forma a calcular os resultados nas várias escalas e subescalas foram criadas no programa SPSS as respetivas formulas, baseadas nos procedimentos de cotação dos instrumentos utilizados.

Para a caracterizar os indivíduos consoante o seu estilo de vinculação (Seguro, Preocupado, Evitante Receoso e Evitante Desligado)¹ e estilo defensivo (Maduro, Neurótico e Imaturo)² foram utilizadas regras lógicas, baseadas nos procedimentos de cotação do ERP e DSQ-40. Criou-se também uma variável categorial denominada Tipo de vinculação, com o intuito de agrupar os indivíduos com vinculações seguras e indivíduos com vinculações inseguras. Indivíduos que são classificados no ERP com um estilo de vinculação Seguro são classificados como tendo uma vinculação do Tipo Seguro. Indivíduos classificados no ERP com estilos de vinculação Evitante Receoso, Evitante Desligado e Preocupado são classificados como tendo uma vinculação de Tipo Inseguro.

De forma a descrever a amostra relativamente aos dados sociodemográficos realizou-se uma análise descritiva destas variáveis. Para tal calcularam-se médias,

¹ No caso do ERP, depois de inseridas as Escalas Evitação e Preocupação utilizou-se o conjunto de procedimentos recomendados por Brennan, Clark & Shaver (1998) para obter os quatro Estilos de Vinculação: 1) Calcularam-se as variáveis $SEG = EV * 3.2893296 + PR * 5.4725318 - 11.5307833$; $PRE = EV * 3.9246754 + PR * 9.7102446 - 28.4573220$; $EVI = EV * 7.2371075 + PR * 8.1776446 - 32.3553266$; $DESLIG = EV * 7.3654621 + PR * 4.9392039 - 22.2281088$, 2) utilizaram-se as regras: If (SEG > Max (EVI, PRE, DES)) EVSEG = 1; If (PRE > Max (SEG, EVI, DES)) EVPRE = 3; If (EVI > Max (SEG, PRE, DES)) EVEVI = 2; If (DES > Max (SEG, EVI, PRE)) EVDES = 4.

² No caso do DSQ-40, inseriram-se três Estilos Defensivos da seguinte forma: 1) IF Estilo Defensivo Imaturo > Estilo Defensivo Neurótico e Estilo Defensivo Maduro = Estilo Defensivo Imaturo; 2) IF Estilo Defensivo Neurótico > Estilo Defensivo Imaturo e Maduro = Estilo Defensivo Neurótico; 3) IF Estilo Defensivo Maduro > Estilo Defensivo Imaturo e Estilo Defensivo Neurótico = Estilo Defensivo Maduro.

desvio-padrão, frequências e percentagens atendendo às características da variável em causa.

A fim de averiguar a distribuição das variáveis foram utilizados os testes de Kolmogorov-Smirnov para a Normalidade e o teste de Levene para a Homogeneidade.

Foram realizadas análises de correlações bivariadas de forma a procurar a relação entre as variáveis das Dimensões e Estilos de Vinculação e os Estilos Defensivos.

Para se verificar a existência de diferenças significativas entre os grupos foram os testes: T-Student e ANOVAs (Análise de Variância). Nos casos em que as amostras não cumpriam os requisitos de normalidade e homogeneidade utilizou-se o teste de Kruskal-Wallis e Mann-Whitney.

Capítulo 4. Resultados

Neste capítulo apresenta-se a análise dos resultados, através da qual se pretendeu dar resposta aos objetivos e hipóteses, apresentados anteriormente. Assim, Assim, estes resultados serão apresentados em várias partes. Primeiro será apresentada uma análise descritiva sobre cada um dos instrumentos utilizados e a distribuição dos resultados, bem como uma caracterização da amostra relativamente aos seus estilos defensivos e estilos de vinculação. Em segundo lugar examina-se os resultados relacionados com os objetivos do estudo e com as hipóteses colocadas.

4.1. Análise descritiva dos instrumentos

Calcularam-se os resultados – média (M) e desvio-padrão (DP) – dos indivíduos que constituem a amostra nos instrumentos (e respetivas sub-escalas) utilizados no presente estudo. Todos os resultados encontram-se em Anexo (Anexo 5), sendo apenas apresentados os resultados considerados mais relevantes.

4.1.1 Experiências em Relações Próximas

Na Tabela 2, apresentam-se os resultados que se destacaram no Questionário de Relações Próximas (ERP), ou seja os itens e sub-escalas nos quais a distribuição dos resultados se encontra acima da média para o instrumento (3.5).

Tabela 2. Resultados obtidos no ERP.

| Itens | M | DP |
|---|------|------|
| 4) Preocupo-me muito com as minhas relações afectivas. | 5.43 | 1.26 |
| 10) Desejo muitas vezes que os sentimentos do meu parceiro/a por mim sejam tão fortes como os meus por ele/a. | 5.03 | 1.50 |
| 8) Preocupo-me bastante com a possibilidade de perder o meu parceiro/a. | 4.60 | 1.68 |
| 2) Preocupa-me o ser abandonado/a. | 4.48 | 1.71 |
| 32) Fico frustrado/a se os meus parceiros/as não estão disponíveis quando eu preciso deles/as. | 4.46 | 1.46 |
| 6) Preocupa-me que os meus parceiros/as não se preocupem tanto comigo como eu com eles. | 4.42 | 1.73 |
| 24) Se não consigo que o meu parceiro/a mostre interesse por mim, fico perturbado/a ou zangado/a. | 4.28 | 1.64 |

| | | |
|--|------|------|
| 22) Não me preocupo muitas vezes com o ser abandonado/a. | 4.26 | 1.79 |
| 30) Fico frustrado/a quando o meu/minha parceiro/a não está comigo tanto tempo como eu gostaria. | 4.18 | 1.58 |
| 34) Quando os meus parceiros/as me desaprovam, sinto-me muito mal comigo mesmo/a. | 4.11 | 1.76 |
| 14) Preocupa-me o estar sozinho/a. | 4.05 | 1.94 |
| 18) Preciso de muitas manifestações de amor para me sentir amado/a pelo meu parceiro/a | 3.95 | 1.7 |
| 36) Fico ressentido/a quando o meu parceiro/a passa tempo longe de mim. | 3.91 | 1.6 |

Dimensões da Vinculação

| | | |
|-------------|---|------|
| Preocupação | 4 | 1.03 |
|-------------|---|------|

N=110

Relativamente aos resultados nos itens do ERP, verifica-se que todos os itens que apresentam resultados acima da média do instrumento são itens que avaliam a Preocupação.

4.1.2. Questionário de Estilo Defensivo – 40

Na Tabela 3, apresentam-se os resultados que se destacaram no Questionário de Estilo Defensivo, ou seja os itens e sub-escalas nos quais a distribuição dos resultados se encontra acima da média para o instrumento (4.5).

Tabela 3. Resultados obtidos no DSQ-40.

| Itens | M | DP |
|---|------|------|
| 5) Sou capaz de rir de mim próprio(a) com bastante facilidade. | 7.35 | 1.69 |
| 29) Quando sei que vou ter que enfrentar uma situação difícil, tento imaginar como será e planeio uma forma de lidar com ela. | 6.94 | 2.00 |
| 1) Fico satisfeito(a) quando ajudo os outros e fico deprimido(a) quando sou impedido(a) de o fazer. | 6.45 | 1.74 |
| 4) Sou capaz de arranjar bons motivos para tudo o que faço. | 6.14 | 1.84 |
| 25) Habitualmente, sou capaz de ver o lado engraçado de uma situação, mesmo que ela seja desagradável. | 6.07 | 2.00 |
| 37) Manter-me muito ocupado(a) evita que me sinta deprimido(a) ou ansioso(a). | 6.00 | 2.44 |
| 34) Se eu puder prever que vou ficar triste com alguma situação, poderei lidar melhor com ela. | 5.61 | 2.51 |
| 39) Entre as pessoas que conheço, há sempre alguma que considero um anjo da guarda. | 5.49 | 2.70 |

| | | |
|--|------|------|
| 27) Frequentemente, dou comigo a ser simpático(a) com pessoas com as quais, na realidade, eu deveria estar muito zangado(a). | 5.38 | 2.54 |
| 24) Consigo controlar os meus sentimentos se eles interferirem no que estou a fazer. | 4.98 | 2.18 |
| 3) Alivio a minha ansiedade fazendo qualquer coisa de construtivo e criativo, como pintura ou trabalhos manuais. | 4.95 | 2.46 |
| 11) Frequentemente, actuo de forma impulsiva quando alguma coisa me incomoda. | 4.9 | 2.42 |
| 16) Há sempre boas razões quando as coisas não me correm bem. | 4.83 | 2.10 |
| 32) Quando estou deprimido(a) ou ansioso(a), comer faz-me sentir melhor. | 4.83 | 2.70 |
| 10) Orgulho-me da minha capacidade de pôr as pessoas nos seus devidos lugares. | 4.74 | 1.98 |
| 33) Dizem-me frequentemente que não mostro os meus sentimentos. | 4.56 | 2.75 |
| <i>Mecanismos de defesa</i> | | |
| Humor | 6.71 | 1.60 |
| Antecipação | 6.27 | 1.66 |
| Racionalização | 5.48 | 1.54 |
| Sublimação | 5.47 | 1.89 |
| Altruísmo | 5.43 | 1.62 |
| Idealização | 4.95 | 2.18 |
| Acting-out | 4.56 | 2.07 |
| <hr/> | | |
| N=110 | | |

Relativamente às defesas verifica-se que as defesas com resultados mais elevados correspondem a defesas do tipo maduro, sendo que das defesas pertencentes a este tipo, apenas a supressão não se encontra destacada.

4.2. Caracterização do Estilo de Vinculação na amostra total

De forma a caracterizar a amostra relativamente ao estilo de vinculação realizou-se uma análise separada das variáveis dimensionais e categoriais. Na Tabela 4 apresentam-se os resultados dimensionais da vinculação. Procurou-se averiguar a existência de diferenças entre sujeitos do sexo masculino e feminino nas variáveis apresentadas, não tendo sido encontradas diferenças significativas entre géneros.

Tabela 4. Caracterização das variáveis dimensionais da Vinculação na amostra total.

| | M | DP |
|---|-------|-------|
| Estilo de Vinculação Seguro | 19.03 | 7.02 |
| Estilo de Vinculação Preocupado | 20.70 | 11.34 |
| Estilo de Vinculação Evitante Receoso | 19.37 | 12.13 |
| Estilo de Vinculação Evitante Desligado | 16.88 | 9.86 |
| Dimensão Preocupação | 4.00 | 1.03 |
| Dimensão Evitação | 2.63 | 1.05 |

N=110

Relativamente às variáveis categoriais, na Tabela 5 pode verificar-se a forma como os sujeitos se distribuem pelos vários Estilos de Vinculação (Segura, Evitante Receoso, Evitante Desligado e Preocupado). Na Tabela 6, verifica-se que existe uma maior prevalência de indivíduos que podemos incluir na categoria tipo de vinculação Insegura (72.7%), do que indivíduos com vinculações Seguras (27.3%).

Tabela 5. Análise da distribuição dos Estilos de Vinculação na amostra total.

| Estilo de Vinculação | Frequência | Percentagem |
|----------------------|------------|-------------|
| Seguro | 30 | 27.3 |
| Preocupado | 50 | 20.9 |
| Evitante Receoso | 23 | 45.5 |
| Evitante Desligado | 7 | 6.40 |

N=110

Tabela 6. Análise da distribuição do Tipo de Vinculação na amostra Total.

| Tipo Vinculação | Frequência | Percentagem |
|---------------------|------------|-------------|
| Vinculação Segura | 30 | 27.3 |
| Vinculação Insegura | 80 | 72.7 |

N=110

4.3. Caracterização do Estilo Defensivo na amostra total

No que diz respeito aos resultados dos Estilos Defensivos também se realizou uma análise separada das variáveis dimensionais (Tabela 7) e categoriais (Tabela 8).

Tabela 7. Análise da distribuição da amostra total pelos Estilos Defensivos

| | Frequência | Porcentagem |
|----------------------------|------------|-------------|
| Estilo Defensivo Maduro | 79 | 71.8 |
| Estilo Defensivo Neurótico | 28 | 25.5 |
| Estilo Defensivo Imaturo | 3 | 2.7 |
| N=110 | | |

Tabela 8. Caracterização dos Estilos Defensivos na amostra total.

| | M | DP |
|---------------------------|------|------|
| Fator Defensivo Maduro | 5.7 | 1.01 |
| Fator Defensivo Neurótico | 4.8 | 1.09 |
| Fator Defensivo Imaturo | 3.79 | 0.87 |
| N=110 | | |

Mais uma vez foram analisadas diferenças entre indivíduos do sexo masculino e do sexo feminino, não tendo sido encontradas diferenças significativas para os três fatores defensivos.

4.3. Análise das diferenças dos Estilos Defensivos em função do Tipo de Vinculação

Para explorar as diferenças dos resultados dos Estilos Defensivos (Fator Maduro, Fator Neurótico e Fator Imaturo), tendo em conta o Tipo de Vinculação (Segura, ou Insegura), recorreu-se ao teste T-Student para amostras independentes. A caracterização dos Fatores Defensivos em função do Tipo de Vinculação é apresentada na Tabela 9.

Tabela 9. Caracterização dos Estilos Defensivos em função do Tipo de Vinculação.

| Estilo Defensivo | Tipo Vinculação | | t |
|------------------------|-----------------|------------|--------|
| | Segura | Insegura | |
| | Média (DP) | Média (DP) | |
| Maduro | 5.77(1.08) | 5.68(0.99) | .433 |
| Neurótico | 4.43(1.21) | 4.94(1.02) | 2.22* |
| Imaturo | 3.17(0.69) | 4.93(0.82) | 5.07** |
| N=110 *p<0.05 **p<0.01 | | | |

Através da Tabela 9 pode-se verificar que para o Fator Maduro o grupo da vinculação segura ($M=5.77$) apresenta resultados superiores do que o grupo da Vinculação Insegura ($M=5.68$), no entanto esta diferença não se revelou estatisticamente significativas. Foram encontradas diferenças significativas entre os grupos para o Fator Neurótico ($t=-2.22$; $df=108$; $p<0.05$) e para o Fator Imaturo ($t=-5.07$; $df=108$; $p<0.01$). Observa-se também que a Vinculação Insegura apresenta valores mais elevados quer no Fator Neurótico ($M=4.94$), quer no Fator Imaturo ($M=4.03$), quando comparado com o grupo da Vinculação Segura ($M_{FN}=4.43$ e $M_{FI}=3.17$).

A hipótese 1a não é confirmada, segundo esta hipótese seria de esperar que indivíduos com vinculações seguras apresentassem valores superiores no Fator Maduro em relação a indivíduos com vinculações inseguras, no entanto não foram encontradas diferenças significativas entre os dois grupos. Foram encontradas diferenças significativas entre o grupo da vinculação segura e o grupo da vinculação insegura, com os indivíduos inseguros a obterem valores mais elevados para os Fatores Neuróticos e Imaturos, sendo a hipótese confirmada 1b.

4.4. Análise das correlações entre Estilos de Vinculação e os Fatores Defensivos

De forma a poder analisar as associações existentes entre os Estilos de Vinculação e os Estilos Defensivos calcularam-se as correlações entre as quatro escalas do Estilo de Vinculação (Estilo Seguro, Estilo Evitante Receoso, Estilo Evitante Desligado e Estilo Preocupado) e as escalas de Estilo Defensivo (Fator Maduro, Fator Neurótico e Fator Imaturo), sendo, para este fim, utilizado o Coeficiente de Correlação de Pearson. Os resultados obtidos relativamente à correlações entre as variáveis encontram-se descritos na Tabela 10.

Tabela 10. Análise Correlacional entre os Estilo de Vinculação e os Estilos Defensivos.

| Estilo de Vinculação | Fator Maduro | Fator Neurótico | Fator Imaturo |
|----------------------|--------------|-----------------|----------------|
| Seguro | -0.062 | 0.391** | 0.614** |
| Preocupado | -0.090 | 0.396** | 0.587** |
| Evitante Receoso | -0.029 | 0.375** | 0.629** |
| Evitante Desligado | -0.018 | 0.339** | 0.624** |

N=110 * $p<0.05$ ** $p<0.01$

No que diz respeito à relação entre os vários Estilos de Vinculação e os Fatores Defensivos, não se verificou nenhuma correlação significativa entre os primeiros e o Fator Maduro. Por outro lado todos os estilos de vinculação apresentam correlações positivas com os Fatores Neurótico e Imaturo. No que diz respeito ao Estilo de Vinculação Seguro este apresenta uma correlação positiva com o Fator Neurótico ($rp = .39$, $p < .01$) e com o Fator Imaturo ($rp = .61$, $p < .01$). Não foram encontradas correlações significativas entre o Estilo de Vinculação Segura e o Fator Maduro. O Estilo de Vinculação Preocupado apresenta uma correlação positiva com o Fator Neurótico ($rp = .40$, $p < .01$) e o Fator Imaturo ($rp = .59$, $p < .01$). O Estilo de Vinculação Evitante Receoso apresenta uma correlação positiva com o Fator Neurótico ($rp = .38$, $p < .01$) e o Fator Imaturo ($rp = .63$, $p < .01$). Finalmente o Estilo de Vinculação Evitante Desligado apresenta uma correlação positiva com o Fator Neurótico ($rp = .34$, $p < .01$) e o Fator Imaturo ($rp = .62$, $p < .01$).

A correlação positiva entre o estilo de Vinculação Seguro e os Fatores Neurótico e Imaturo, bem como a inexistência de correlações significativas entre este estilo de Vinculação e o Fator Maduro vão contra a hipótese 2a, não sendo esta confirmada. Por outro lado confirma-se a hipótese 2b, uma vez que os Estilos de Vinculação Preocupados e Evitantes (Receoso e Desligado) se correlacionam positivamente com os Fatores Neurótico e Imaturo.

4.5. Análise da correlação entre as Dimensões da Vinculação e os Estilos de Defensivos

Para analisar as associações existentes entre as Dimensões da Vinculação e os Estilos Defensivos calcularam-se as correlações entre as duas Dimensões do Estilo de Vinculação (Preocupação e Evitação) e as escalas do Fator Defensivo (Fator Maduro, Fator Neurótico e Fator Imaturo), sendo, para este fim, utilizado o Coeficiente de Correlação de Pearson e Spearman, consoante a distribuição das variáveis em causa. Os resultados são apresentados na Tabela 11.

Tabela 11. Análise correlacional entre Dimensões da Vinculação e Estilos Defensivos.

| | Fator Maduro | Fator Neurótico | Fator Imaturo |
|-------------------------------|--------------|-----------------|----------------|
| Dim. Preocupação ^a | -0.154 | 0.372** | 0.464** |

| | | | |
|----------------------------|-------|---------------|----------------|
| Dim. Evitação ^b | 0.101 | 0.217* | 0.500** |
|----------------------------|-------|---------------|----------------|

N=110 *p<0.05 **p<0.01 ^aCoefficiente de Correlação de Perason ^bCoefficiente de Correlação Spearman

Ambas as dimensões apresentam correlações positivas e significativas com os fatores Neurótico e Imaturo. No que diz respeito ao fator Maduro, não foram encontradas correlações significativas, no entanto é possível verificar que a dimensão Preocupação apresenta uma correlação negativa com este fator, enquanto a dimensão Evitação revela uma correlação positiva.

A Hipótese 3 é confirmada, quanto maiores os valores dos indivíduos nas dimensões de Evitação e Preocupação, mais estes utilizam defesas Neuróticas e Imaturas (valores maiores nas dimensões do Fator Neurótico e Imaturo do DSQ-40).

4.6. Análise das diferenças dos vários Mecanismos de Defesa em função do Estilo de Vinculação

Com o objetivo de comparar os vários Estilos de Vinculação em relação aos vários Mecanismos de Defesa avaliados pelo DSQ-40, recorreu-se ao teste Anova, quando cumpridos os critérios de Normalidade e Homogeneidade, sendo realizada posteriormente uma análise Post-Hoc de Tukey para apurar em que grupos residem as diferenças. Nos casos em que os critérios de Normalidade e Homogeneidade não se verificaram, procedeu-se à análise das diferenças através do teste não paramétrico de Kruskal-Wallis. Sempre que se verificaram diferenças significativas na aplicação do teste Kruskal-Wallis, realizou-se de seguida uma série de comparações múltiplas entre grupos, através do teste Mann-Whitney, de forma a apurar onde residem as diferenças encontradas.

Foram encontradas várias defesas onde se verificaram diferenças significativas entre os vários Estilos de Vinculação. A Tabela 12 mostra a caracterização (Média e Desvio-Padrão) dos vários processos defensivos, onde se encontraram diferenças significativas, de acordo com os estilos de vinculação.

Tabela 12. Caracterização dos Mecanismos de Defesa em função do Estilo de Vinculação.

| Mecanismo de Defesa | Estilo de Vinculação Seguro (n=30) Média (DP) | Estilo de Vinculação Receoso (n=23) Média (DP) | Estilo de Vinculação Preocupado (n=50) Média (DP) | Estilo de Vinculação Desligado (n=7) Média (DP) | p. |
|---------------------|---|--|---|---|------|
| Idealização | 5.03(2.10) | 4.76(2.14) | 5.29(2.17) | 2.79(1.78) | 0.04 |
| Acting-Out | 3.47(1.60) | 5.46(2.20) | 4.82(2.12) | 4.43(1.06) | 0.01 |
| Supressão | 5.13(1.88) | 4.33(1.88) | 3.73(1.71) | 5.57(2.23) | 0.01 |
| Humor | 7.15(1.27) | 6.33(1.77) | 6.43(1.63) | 8.07(0.93) | 0.02 |
| Projeção | 1.62(1.03) | 3.59(1.86) | 3.23(1.86) | 1.79(1.47) | 0.01 |
| Desvalorização | 3.6(1.21) | 5.17(1.32) | 4.49(1.44) | 3.64(0.90) | 0.01 |
| Somatização | 3.05(1.69) | 4.22(2.06) | 4.58(1.80) | 3.93(2.54) | 0.01 |
| Fantasia-Autista | 2.4(1.28) | 5.35(2.38) | 3.8(1.75) | 5.01(2.54) | 0.01 |
| Isolamento | 3.12(1.83) | 5.96(1.78) | 3.59(2.10) | 4.79(1.15) | 0.01 |
| Agressão-Passiva | 2.57(1.30) | 3.70(1.72) | 3.24(1.31) | 3.18(1.25) | 0.02 |
| Anulação | 3.60(1.88) | 5.24(1.73) | 4.38(1.63) | 3.71(1.85) | 0.01 |

N=110

Relativamente à *Idealização* foram encontradas diferenças significativas entre os vários Estilos de Vinculação, $F(3,106)=2.93, p<0.05$. Após análise Post-Hoc foi possível inteirar que esta diferença reside entre o Estilo de Vinculação Desligado e Estilo de Vinculação Preocupado ($p<0.05$), sendo que os indivíduos pertencentes ao primeiro apresentam valores inferiores ($M=2.79$) que os pertencentes ao segundo ($M=5.29$). Confirmando-se a hipótese 4a.

O Mecanismo de Defesa *Desvalorização* também apresenta diferenças significativas entre os vários Estilos de Vinculação, $H(3)=19.40, p<0.05$. Indivíduos Seguros ($M=3.6$) apresentam valores inferiores em comparação com indivíduos Preocupados ($M=4.49$), $U=498.5$, $z = -2.52$, $p>0.05$, e indivíduos Evitantes Receosos ($M=5.17$), $U=119.5$, $z = -4.08$, $p>0.01$. O Estilo de Vinculação Evitante Receoso apresenta os maiores índices para esta defesa ($M=5.17$), tendo sido encontradas diferenças significativas entre este Estilo de vinculação e a Vinculação Preocupada ($M=4.49$), $U=398$, $z = -2.12$, $p>0.05$. A Vinculação Receosa apresenta também

diferenças significativas com o Estilo de Vinculação Desligado ($M=3.64$), $U=22.5$, $z = -2.86$, $p>0.01$. Confirmando-se a hipótese 4b.

O Mecanismo de Defesa *Acting-Out* apresenta diferenças significativas entre os vários grupos de vinculação, $F(3,106)=5.00$, $p<0.05$, mais precisamente, foram encontradas diferenças ($p>0.05$) entre o Estilo de Vinculação Seguro ($M=3.47$) em relação ao Estilo de Vinculação Receoso ($M=5.46$) e Preocupado ($M=4.82$). Através da análise das médias é possível verificar que os indivíduos Seguros recorrem menos a esta defesa. Confirmando-se a hipótese 4c.

Não foram encontradas diferenças significativas entre os vários estilos de vinculação na utilização da *Negação*. Não se confirmando a hipótese 4d.

No que diz respeito ao Mecanismo de Defesa *Supressão* foram encontradas diferenças significativas, $H(3)=12.19$, $p<0.05$. Foi possível verificar que os indivíduos com uma Vinculação Segura fazem um uso significativamente superior ($M=5.13$) desta defesa do que os indivíduos Preocupados ($M=3.73$), $U=30$, $z = -2.49$, $p>0.05$. Ainda relativamente à Supressão também foram encontradas diferenças entre a Vinculação Desligada e Preocupada, apresentando os primeiros valores superiores ($M=5.57$) que os últimos ($M=3.73$), $U=88$, $z = -2.13$, $p>0.05$. Confirmando-se a hipótese 4e.

O Mecanismo de Defesa *Fantasia-Autista* apresenta diferenças estatisticamente significativas entre os vários grupos, $H(3)=26.11$, $p<0.05$. Sujeitos pertencentes ao grupo da Vinculação Segura ($M=2.4$) utilizam menos esta defesa do que aqueles que pertencentes à Vinculação Evitante Receosa ($M=5.35$), $U=105$, $z = -4.33$, $p>0.01$, Preocupada ($M=3.8$), $U=392.5$, $z = -3.58$, $p>0.01$, e Desligada ($M=5.01$), $U=39$, $z = -2.58$, $p>0.01$. Finalmente, também se observa que os indivíduos Preocupados utilizam significativamente menos esta defesa que os indivíduos Receosos, $U=354.5$, $z = -2.64$, $p>0.01$. Confirmando-se a hipótese 4f.

Também foram encontradas diferenças significativas na defesa *Anulação*, $F(3,106)=4.18$, $p<0.01$, mais precisamente entre o grupo da Vinculação Segura e Vinculação Evitante Receosa ($p>0.05$), sendo a utilização desta defesa menor no primeiro ($M=3.6$) em relação ao último ($M=5.24$). Confirmando-se a hipótese 4g.

No caso da defesa *Isolamento* verificaram-se diferenças significativas entre os vários grupos, $H(3)=26.79$, $p<0.05$. Foram encontradas diferenças entre o Estilo de

Vinculação Seguro ($M=3.12$) e os Estilos Evitante Receoso ($M=5.96$), $U=93.5$, $z = -4.54$, $p>0.01$, e Evitante Desligado ($M=4.79$), $U=40.5$, $z = -2.52$, sendo que os indivíduos pertencentes ao primeiro revelam índices mais baixos na utilização desta defesa. Observa-se também que os indivíduos Preocupados ($M=3.59$) apresentam valores significativamente inferiores do que indivíduos Evitantes Receosos ($M=5.96$), $U=223.5$, $z = -4.18$, $p>0.01$. Confirmando-se a hipótese 4h.

Não foram encontradas diferenças significativas para o Mecanismo de Defesa *Clivagem*. Não se confirmando a hipótese 4i.

Foram também encontradas diferenças significativas noutros Mecanismos de Defesa em função do Estilo de Vinculação, sendo estas apresentadas de seguida.

O Mecanismo de Defesa *Humor* apresenta diferenças significativas, $H(3)=9.96$, $p<0.05$, sendo que indivíduos Desligados ($M=8.07$) apresentam uma maior utilização desta defesa, quando comparados com indivíduos Evitantes Receosos ($M=6.33$), $U=30$, $z = -2.49$, $p>0.05$, e indivíduos Preocupados ($M=6.43$), $U=66$, $z = -2.67$, $p>0.01$.

Relativamente à *Projeção* foram encontradas várias diferenças entre os vários Estilos de Vinculação na utilização desta defesa, $H(3)=30.69$, $p<0.05$. Indivíduos com vinculações seguras revelam os índices mais baixos neste Mecanismo de Defesa ($M=1.62$), sendo possível observar diferenças significativas entre estes e os indivíduos com Vinculações Preocupadas ($M=3.23$), $U=286$, $z = -4.67$, $p>0.01$, e vinculações Evitantes Receosas ($M=3.59$), $U=103.5$, $z = -4.42$, $p>0.01$. O Estilo de Vinculação Evitante Desligado também diferiu significativamente em relação à Vinculação Evitante Receosa, $U=29$, $z = -2.55$, $p>0.05$, e em relação à Vinculação Preocupada, $U=75.5$, $z = -2.44$, $p>0.05$. Neste caso também se verifica que os indivíduos Desligados ($M=1.79$) fazem uma utilização menor da Projeção.

Foram encontradas diferenças significativas para o Mecanismo de Defesa *Somatização*, $H(3)=12.83$, $p<0.05$. Verifica-se que indivíduos com um Estilo de Vinculação Seguro ($M=3.05$) revelam uma menor utilização desta defesa em comparação com indivíduos Preocupados ($M=4.58$), $U=398.5$, $z = -3.5$, $p>0.01$, e indivíduos com uma vinculação Evitante Receosa ($M=4.22$), $U=226$, $z = -2.15$, $p>0.05$.

Finalmente foram encontradas diferenças no Mecanismo de Defesa *Agressão-passiva* entre os Estilos de Vinculação, $H(3)=9.52$, $p<0.05$. Verifica-se o grupo da Vinculação Segura ($M=2.57$) obteve resultados inferiores em comparação com os grupos da Vinculação Evitante Receosa ($M=3.7$), $U=205$, $z = -2.53$, $p>0.05$, Vinculação Preocupada ($M=3.24$), $U=521.5$, $z = -2.29$, $p>0.05$, e Vinculação Desligada ($M=3.18$), $U=52.5$, $z = -2.05$, $p>0.05$.

4.7 Análise da correlação entre Dimensões da Vinculação e Mecanismos de Defensivos

Para se tentar compreender melhor como as duas dimensões interagem separadamente com os vários mecanismos de defesa calcularam-se os coeficientes de correlação entre as dimensões da vinculação avaliadas pelo ERP (Preocupação e Evitação) e os vários processos defensivos avaliados pelo DSQ-40. Na tabela 13 apresentam-se as correlações significativas encontradas.

Tabela 13. Análise Correlacional entre Dimensões da Vinculação e Mecanismos de Defesa.

| Dimensão da Vinculação | Mecanismos de Defesa |
|---|---|
| Preocupação | Projeção (0.606**) ^b ; Acting-Out (0.499**) ^a ; Anulação (0.355**) ^a ; Somatização (0.354**) ^b ; Fantasia-Autista (0.345**) ^b ; Agressão-Passiva (0.328**) ^b ; Clivagem (0.287**) ^b ; Pseudo-Altruísmo (0.249**) ^b ; Sublimação (0.241*) ^a ; Deslocamento (0.232*) ^b ; Desvalorização (0.222*); Humor (-0.280**) ^b ; Supressão (-0.408**) ^b |
| Evitação | Isolamento (0.621**) ^b ; Fantasia-autista (0.459**) ^b ; Projeção (0.317**) ^b ; Anulação (0.301**) ^b ; Agressão-Passiva (0.274**) ^b ; Desvalorização (0.270**) ^b ; Acting-Out (0.254**) ^b ; Deslocamento (0.246**) ^b ; Formação-Reativa (0.235*) ^b ; Antecipação (0.196*) ^b |
| N=110 * $p<0.05$ ** $p<0.01$ ^a Coeficiente de Correlação de Perason ^b Coeficiente de Correlação Spearman ($rp = .61$, $p < .01$) | |

Verificam-se correlações positivas entre a Dimensão Preocupação e as defesas Somatização ($rp = .35$, $p < .01$), Desvalorização ($rs = .22$, $p < .05$), Acting-out ($rp = .50$, $p < .01$), Projeção ($rs = .61$, $p < .01$) como proposto na hipótese 5a. No entanto esta hipótese é apenas confirmada parcialmente, uma vez que a correlação sugerida entre esta dimensão e Idealização não é confirmada.

A hipótese 5b também é apenas confirmada parcialmente. Como sugerido foram encontradas correlações positivas entre a dimensão Evitação e as defesas Isolamento ($r_s = .62$, $p < .01$), Fantasia-autista ($r_s = .46$, $p < .01$) e Projeção ($r_s = .32$, $p < .01$). No entanto os Mecanismo de defesa, Negação e não apresentam correlações significativas com esta dimensão da vinculação, como foi inicialmente proposto.

Como se verifica na tabela 12 também foram encontradas outras correlações positivas entre as duas Dimensões da vinculação e vários mecanismos de defesa.

Capítulo 5. Discussão

Neste capítulo procede-se à discussão dos resultados obtidos no presente estudo, de acordo com os objetivos e hipóteses, descritos anteriormente. Em primeiro lugar a discussão incide-se nos resultados que dizem respeito às correlações entre os Estilos de Vinculação e os Fatores Defensivos; Em segundo lugar analisam-se os resultados das correlações entre as Dimensões da Vinculação e os Fatores Defensivos; De seguida caracterizam-se os Fatores Defensivos consoante o tipo de Vinculação e discutem-se as diferenças encontradas entre a vinculação Segura e Insegura; Finalmente são discutidos os resultados provenientes da análise das diferenças dos vários Mecanismos de Defesa em função do Estilo de Vinculação.

5.1. Análise das diferenças dos Estilos Defensivos em função do Tipo de Vinculação

Neste sub-capítulo discutem-se a caracterização dos Fatores Defensivos em função do tipo de vinculação e as diferenças encontradas entre a vinculação Segura e Insegura.

A hipótese 1a não foi confirmada, uma vez que quando se compara o grupo da vinculação Segura com o grupo da vinculação Insegura na utilização de defesas maduras não se encontraram diferenças significativas entre estes dois grupos. Nesta amostra quer os indivíduos com vinculações seguras, quer com vinculações inseguras parecem utilizar defesas Maduras de forma frequente. Tendo em conta as circunstâncias em que a amostra foi recolhida, espera-se que os vários indivíduos, mesmo aqueles com vinculações inseguras, não apresentem graus elevados de disfuncionalidade. Quando analisamos as médias das duas dimensões verifica-se que a dimensão Evitação tem um valor médio baixo e que, apesar da dimensão preocupação ser um pouco mais elevada, o seu valor encontra-se de acordo com outros estudos onde foram utilizadas amostras não-clínicas. Como referenciado por Fonagy e colegas (2002) as vinculações inseguras não são sinónimas de disfuncionalidade, podendo estas apenas sinalizar fragilidades do indivíduo. Desta forma as várias características das vinculações inseguras podem manter um carácter adaptativo, permitindo ao indivíduo lidar com as dificuldades que surgem no sistema de vinculação primário e manter assim um desenvolvimento egoico normal, o que, por sua vez, irá favorecer o desenvolvimento de defesas mais maduras.

No entanto, é possível observar diferenças significativas entre a vinculação Segura e Insegura, com a última a revelar valores superiores nos Fatores Defensivos Neurótico e Imaturo. Confirmando-se a hipótese 1b. Estes resultados vão de acordo com o referenciado na literatura, onde tem vindo a ser observado que indivíduos com vinculações inseguras recorrem mais frequentemente a defesas mais Imaturas, quando comparados com vinculações Seguras.

5.2. Análise das correlações entre Estilos de Vinculação e Fatores Defensivos

Neste sub-capítulo discute-se a análise das correlações entre os Fatores Defensivos e os estilos de Vinculação.

Os resultados obtidos indicam que não existe uma correlação significativa entre o Estilo de Vinculação Seguro e o Fator Defensivo Maduro. Verifica-se também que este Estilo de Vinculação se correlaciona positivamente com os Fatores Defensivos Neurótico e Imaturo. Resultados que não confirmam a hipótese 2a. No entanto, no que diz respeito às correlações positivas encontradas, estas podem ser explicadas pela metodologia utilizada no ERP para calcular a variável correspondente ao Estilo de Vinculação Seguro. Uma vez que este instrumento não avalia diretamente a segurança na vinculação, valores superiores na vinculação segura não revelam maiores níveis de segurança, uma vez que estes valores advêm de resultados superiores nas dimensões Preocupação e Evitação. Tendo isto em conta é possível compreender as correlações positivas, encontradas neste estudo entre o Estilo de Vinculação Seguro e os Fatores Defensivos Neurótico e Imaturo. Em estudos distintos, onde foram utilizados instrumentos que permitem avaliar diretamente a vinculação segura, é possível observar-se que esta se correlaciona negativamente com os Fatores Neurótico e Imaturo avaliados pelo DSQ-40 (Besharat e Khajavi, 2013).

No que diz respeito aos restantes Estilos de Vinculação (Preocupado, Evitante Desligado e Evitante Receoso), observou-se que estes se relacionam positivamente com os Fatores Neuróticos e Imaturos, confirmando as hipóteses 2b e 2c. Como descrito na literatura, as falhas nas relações primárias, por um lado levam ao aparecimento de determinados afetos dolorosos dos quais o ego se tem que proteger, por outro lado estas falhas impedem que estes mesmos afetos sejam vivenciados de uma forma construtiva e

positiva na relação com os cuidadores primários, dificultando assim a elaboração de defesas mais saudáveis e adaptativas, sendo necessário recorrer a defesas mais imaturas (Biernbaum, 1998 e Fosha, 2002). Devido a estes fatores o ego tem que recorrer aos mecanismos de defesa ao seu dispor para se proteger, tornando-se estes parte do funcionamento do indivíduo, ou o seu estilo defensivo (Lyons-Ruth, 1999; Richardson, 2010). Esta associação entre os estilos de vinculação insegura e defesas imaturas tem vindo a ser confirmada noutros estudos empíricos. Por exemplo, Dubois-Contois (2008) verificou que crianças com vinculações inseguras têm uma maior probabilidade de recorrerem a defesas mais imaturas. Estes resultados têm vindo a ser replicados, tal como no presente estudo, em indivíduos adultos. No seu trabalho, Besharat e Khajavi (2013) observaram que os estilos de vinculação Evitantes e Preocupados correlacionam-se positivamente com os Fatores Neurótico e Imaturo.

5.3. Análise das correlações entre Dimensões da Vinculação e os Fatores Defensivos

Neste sub-capítulo discute-se a análise das correlações encontradas entre os Fatores Defensivos e as Dimensões da Vinculação.

Quando analisadas as correlações entre as duas dimensões da Vinculação (Preocupação e Evitação) avaliadas pelo ERP, verificou-se que ambas as dimensões se correlacionam positivamente com os Fatores Neurótico e Imaturo. Confirmando-se a hipótese 3. Isto revela que quanto maior são os níveis de Preocupação e Evitação no sistema de vinculação mais os indivíduos recorrem a defesas de caráter mais primitivo (Neuróticas e Imaturas). Estudos empíricos têm demonstrado associações positivas entre estas dimensões da vinculação e vários afetos negativos, mostrando que indivíduos com níveis mais elevados de Preocupação e Evitação apresentam uma maior prevalência de afetos negativos (Nofle e Shaver, 2006). Estes resultados vão de encontro com as ideias encontradas e revistas na literatura. A maior prevalência destes afetos negativos e as dificuldades de desenvolver formas adaptativas levam a uma necessidade de empregar defesas mais imaturas por parte dos indivíduos com vínculos inseguros ao longo da sua vida.

5.4. Análise das diferenças dos vários Mecanismos de Defesa em função do Estilo de Vinculação

Neste sub-capítulo analisam-se e discutem-se as várias diferenças encontradas entre os vários estilos de Vinculação na utilização dos vários mecanismos de defesa avaliados através do DSQ-40.

Os diferentes estilos de vinculação assentam em representações do Self e Outros diferentes. Segundo vários autores estas diferenças devem associar-se à utilização de diferentes mecanismos de defesa (Renn, 2010). Ao analisarem-se os resultados nos vários mecanismos de defesa consoante os Estilos de Vinculação encontram-se várias diferenças significativas.

Foram encontradas diferenças significativas no mecanismo de defesa *Idealização*, entre o estilo de vinculação Desligado e Preocupado, com o último a fazer um uso menos recorrente desta defesa. A vinculação Desligada é caracterizada por uma independência compulsiva, associada a um modelo do Self positivo, em contrapartida, a vinculação Preocupada é caracterizada por uma dependência de terceiros e por um Modelo Interno dos Outros positivo (Bowlby 1985; Bartholomew, 1990). Autores como Paterson (2010) e Renn, (2010) afirmam que as distorções encontradas nos modelos internos destas vinculações podem ser sustentadas pela *Idealização*. Tendo em conta que no DSQ-40 os itens que avaliam a idealização se referem apenas a processos de idealização dos outros, os resultados encontrados parecem estar de acordo com o referido na literatura, no que toca às diferenças entre a vinculação Desligada e Preocupada na utilização desta defesa.

No que toca à defesa *Desvalorização* foram encontradas diversas diferenças entre os vários estilos de vinculação na utilização desta defesa. Paterson (2010) refere que tal como a idealização, a desvalorização pode ser um mecanismo importante para o funcionamento das vinculações inseguras, sugerindo que as duas defesas se podem complementar. Ao analisarmos os resultados, é possível verificar que o grupo da vinculação Segura foi aquele que apresentou valores mais baixos nesta defesa. Verificando-se diferenças significativas entre este e a vinculação Preocupada e Evitante Receosa. Estes resultados podem ser explicados pelo facto dos indivíduos com vinculações Seguras construírem uma representação interna positiva do Self e dos Outros, e por outro, lado nos indivíduos com vinculações inseguras existe pelo menos

sempre uma representação interna de cariz negativo (Mikulincer & Shaver, 2002). Verifica-se também que o estilo de vinculação com valores mais elevados nesta defesa foi o estilo de vinculação Receoso, sendo que os indivíduos que pertencem a este grupo utilizam significativamente mais esta defesa que aqueles com vinculações Desligadas e Preocupadas. Tendo em conta, que o DSQ-40 avalia esta defesa reservando um item para a desvalorização do próprio e o outro para a desvalorização dos outros, é normal que os indivíduos com vinculações Evitantes Receosas apresentem valores mais elevados nesta defesa, uma vez que este estilo de vinculação é caracterizada por representações internas Self e dos Outros Negativas (Bartholomew, 1990). Por contrapartida, quer na vinculação Preocupada, quer na vinculação Desligada apenas uma das representações internas apresenta um cariz negativo.

Através do *Isolamento* o lado afetivo de uma ideia ou pensamento é separado do lado cognitivo e recalcado (McWilliams, 2005). No que diz respeito a este processo defensivo observa-se que os sujeitos com vinculações seguras foram aqueles que recorreram menos a esta defesa, apresentando resultados significativamente inferiores aqueles com vinculações Evitantes (Desligada e Receosa). Esta diferença vai de encontro aos resultados de outros estudos empíricos onde se verificou que indivíduos com vinculações seguras têm uma maior capacidade de tolerarem emoções negativas sem terem a necessidade de se defenderem destas (Mikulincer & Shaver, 2007). Por outro lado, tem-se verificado que indivíduos com vinculações Evitantes têm uma maior necessidade de evitarem sentimentos dolorosos, defendendo-se destes (Mikulincer & Shaver, 2002). Finalmente, também foram encontradas diferenças entre a vinculação Evitante e Preocupada, com os últimos a utilizarem significativamente menos este mecanismo de defesa. Esta diferença é esperada uma vez que ao contrário dos indivíduos com vinculações Evitantes, os indivíduos Preocupados tendem a focar-se nas suas emoções negativas (Mikulincer & Orbach, 1995).

A *Fantasia-Autista* baseia-se na tendência de usar a fantasia como forma de evitar os conflitos e como forma de gratificação (APA, 2004). Relativamente aos dados é possível verificar-se que os indivíduos com vinculações Evitantes obtêm resultados mais elevados nesta defesa, sendo que esta defesa tem também sido associada ao evitamento de relações interpessoais (Vaillant, 1992). É também observado que o grupo da Vinculação Segura faz um recurso significativamente inferior a esta defesa, quando comparado com os restantes estilos de vinculação. Como já foi referido anteriormente

indivíduos com vinculações seguras têm uma capacidade de lidar com os conflitos e tolerarem emoções negativas sem necessitarem de se defenderem destes estados afetivos. No que toca às vinculações inseguras, também se verifica que indivíduos pertencentes ao grupo da vinculação Preocupada utilizam menos esta defesa, quando comparados com o grupo da vinculação Evitante. Como os indivíduos com vinculações Preocupadas têm a tendência a focar-se nas suas experiências emocionais negativas é esperado que recorram menos a uma defesa cujo principal propósito é evitar a tomada de consciência destas mesmas emoções.

Estas diferenças entre os estilos de vinculação Preocupados e Evitantes podem ser também usadas para explicar as diferenças entre as duas vinculações relativamente ao mecanismo de defesa *Supressão*. Onde se verifica que o grupo da vinculação Preocupada é aquele que revela os valores mais baixos nesta defesa.

Através da *Anulação* o indivíduo procura tentar negar implicações vergonhosas de comportamentos anteriores tentando compensa-los através da realização de comportamentos opostos ao inicial (Gabbard, 2004). Indivíduos com vinculações Receosas e Preocupadas apresentam uma maior utilização desta defesa, tendo sido encontradas diferenças significativas entre a vinculação Segura e Receosa. Indivíduos com vinculações Receosas, apesar dos seus comportamentos evitantes, apresentam um grande receio que os seus comportamentos possam levar a julgamentos negativos e rejeição por parte dos outros (Bartholomew, 1990). Estes indivíduos revelam assim uma grande insegurança a nível social, falta de assertividade e necessidade de aprovação. Podendo isto promover a necessidade destes indivíduos em tentarem compensar ações que os possam comprometer ao olhar dos outros.

Relativamente à defesa *Negação* não foram encontradas diferenças significativas entre os vários estilos de vinculação como seria esperado. Este processo defensivo tem sido proposto como contribuindo para as distorções encontradas nas representações internas associadas às vinculações internas. Para além disso seria de esperar que sujeitos com estilos evitantes, sobretudo os Desligados, fizessem um uso recorrente a esta defesa, devido à tendência destes sujeitos em evitarem a tomada de consciência de sentimentos negativos (Shaver & Mikulincer, 2007). Uma possível explicação para estes resultados assenta nas propriedades psicométricas do DSQ-40 para esta defesa. Odessa (2012) no seu estudo para a adaptação verificou que os dois itens que pretendem

avaliar este processo defensivo apresentam uma correlação quase nula ($r=0,076$) e indicando que os dois itens podem não estar a avaliar a mesma coisa, podendo isto afetar os obtidos resultados nesta defesa. Para além deste fator também tem sido observado empiricamente que em indivíduos saudáveis o recurso a esta defesa diminui ao longo do desenvolvimento, sendo um processo defensivo pouco utilizado em adultos (Cramer, 2006). Quando tomada em consideração a média da amostra total nesta defesa, verifica-se que esta é a defesa com um valor médio mais ($M=2.46$), sendo a defesa menos utilizada.

Na defesa *Clivagem* também não foram encontradas diferenças entre os vários estilos de vinculação. Esta defesa tem sido proposta como exercendo uma influência importante nas várias vinculações inseguras, sendo que seriam esperadas diferenças entre a vinculação Segura e os restantes estilos de vinculação. No entanto, Stern (1985) refere que a clivagem é um processo universal. Estudos empíricos têm vindo a confirmar esta hipótese, por exemplo, Leichsenring (1999) demonstrou que amostras não-clínicas recorrem a esta defesa, não estando esta associada a indicadores de psicopatologia.

Para além das diferenças encontradas nos mecanismos de defesa sugeridos, foram encontradas diferenças significativas noutros processos defensivos.

Foram encontradas diferenças na defesa *Projeção*. A projeção tem sido um mecanismo de defesa identificado quer nas vinculações Evitantes, quer nas vinculações Preocupadas (Mikulincer & Horesh, 1999). As diferenças encontradas entre o grupo da vinculação Segura e os grupos da vinculação Receosa e Preocupada parecem estar de acordo com estas observações. No entanto, não foram encontradas diferenças entre a vinculação Segura e Desligada, como seria esperado. Mais precisamente, o grupo da vinculação Desligada obteve resultados significativamente inferiores quando comparado com os outros dois grupos da vinculação insegura. Quando observados os dois itens que avaliam este mecanismo de defesa, ambos parecem demonstrar uma insatisfação com circunstâncias da vida (“Tenho a certeza que a vida é injusta comigo” e “As pessoas tendem a tratar-me mal”). Tem sido verificado que indivíduos com elevados níveis de ansiedade (Preocupação) têm uma maior facilidade em evocar memórias negativas e reportarem estes aspetos negativos (Nelson, 2009). É possível que os resultados encontrados nesta defesa possam advir desta sensibilidade aos aspetos negativos que

sujeitos com altos índices de Preocupação revelam e não com a utilização desta defesa em contextos relacionais. Tentar replicar estes dados recorrendo a outros instrumentos seria importante para promover uma melhor compreensão dos resultados encontrados.

Para a defesa *Somatização* verificou-se que indivíduos com vinculações Seguras revelam valores mais baixos neste processo defensivo quando comparados com indivíduos Preocupados e Receosos. Verificou-se também que o grupo com valores superiores nesta defesa foi o grupo da vinculação Preocupada. Como já foi referido anteriormente este estilo de vinculação está associado defesas e processos que permitam um exacerbar dos afetos e dificuldades, de forma a promover uma maior proximidade às figuras de vinculação (Cassidy & Shaver, 2008). Por exemplo, verificou-se que adolescentes com vinculações Preocupadas apresentam mais sintomas e problemáticas de internalização (Bernier, Larose, & Whipple, 2005). Nesta perspetiva é possível argumentar que a transformação de dificuldades psicológicas em sintomas físicos pode ter benefícios secundários e ser usada como uma forma de captar a atenção das figuras de vinculação do indivíduo Preocupado. O facto de não serem encontradas diferenças entre os grupos da vinculação Desligada e Preocupada, e os valores elevados encontrados nos indivíduos com vinculações Receosas podem ser justificadas tendo em conta observações de outros estudos. Apesar de a vinculação Preocupada se encontrar mais relacionada com problemas de Internalização também se têm verificado uma relação entre vinculações Evitantes e sintomas de internalização. Neste caso tem-se observado que indivíduos Evitantes podem usar estes sintomas como forma de se abstrair das suas dificuldades psicológicas (Cole-Detke & Kobak, 1996).

O grupo da vinculação Segura recorre menos ao *Acting-Out* que os grupos da vinculação Receosa e Preocupada. Apesar da relação entre a vinculação Preocupada e comportamentos de internalização, indivíduos com este estilo de vinculação também revelam comportamentos de externalização e impulsivos, sobretudo em situações em que as suas tentativas de reaproximação são ignoradas (Cassidy & Shaver, 2008). Relativamente à vinculação Desligada, apesar de as diferenças não serem estatisticamente significativas, este estilo de vinculação apresenta uma tendência superior em utilizar esta defesa, quando comparado com o grupo Seguro. Indivíduos Evitantes revelam assim uma tendência em utilizar comportamentos de externalização e impulsivos como uma forma de camuflarem sentimentos e dificuldades internas (Cole-Detke & Kobak, 1996).

Indivíduos com uma vinculação Desligada foram aqueles que mais recorreram ao mecanismo de defesa *Humor*. Como foi descrito anteriormente esta defesa consiste em encontrar aspetos engraçados em situações difíceis de forma a mitigar o desconforto e afetos negativos. Esta defesa apresenta-se como um mecanismo maduro de reduzir afetos negativos, enquadrando-se assim com a tendência que indivíduos Desligados têm em utilizar estratégias que reduzam, ou desvalorizem afetos negativos.

Finalmente relativamente ao mecanismo de defesa *Agressão-Passiva* foram encontradas diferenças significativas entre a vinculação Segura e os restantes estilos de vinculação. Verifica-se que o grupo da vinculação Segura utiliza significativamente menos esta defesa em comparação com os restantes estilos de vinculação. A vinculação Segura encontra-se associada a formas adaptativas de gerir raiva e afetos agressivos. Indivíduos seguros reconhecem e toleram a sua raiva sem a agirem comportamentalmente, mostrando-se capazes de a expressarem de uma forma controlada, promovendo assim a utilização de estratégias construtivas e reparadoras (Mikulincer, 1998). Por outro lado, os vários estilos de vinculação insegura relacionam-se com formas menos adaptativas de lidar com os sentimentos agressivos. Nos indivíduos Evitantes, apesar de estes terem dificuldades em reconhecerem a sua raiva, estes afetos continuam a exercer um efeito inconsciente, promovendo a atribuição de características hostis aos outros e levando o próprio indivíduo a assumir atitudes mais hostis (Mikulincer, 1998). Indivíduos Preocupados, pelo contrário, quando confrontados com conflitos relacionais tendem a tornar-se irritados, podendo mostrar-se hostis com os seus parceiros, por outro lado a necessidade que estes sujeitos têm da proteção de terceiros podem levar o indivíduo ansioso a suprimir a sua raiva ou exprimi-la formas menos diretas (Shaver & Mikulincer, 2008).

5.5 Análise da correlação entre Dimensões da Vinculação e Mecanismos de Defensivos

Como esperado encontraram-se várias correlações significativas entre as duas dimensões da vinculação e os vários mecanismos de Defesa.

As correlações positivas achadas por um lado entre a Preocupação e os mecanismos de defesa Somatização, Desvalorização, Acting-out e Projeção, e pelo

outro entre Evitação e as defesas Isolamento, Fantasia-Autista, Desvalorização e Projeção, encontram-se de acordo com as hipóteses 5a e 5b. Estes resultados vão também de encontro com as observações realizadas anteriormente. Apesar de não se ter encontrado nenhuma correlação positiva entre a Evitação e a defesa Negação estes resultados encontram-se também de acordo com as observações feitas anteriormente. Várias das restantes correlações encontradas entre as dimensões da vinculação e os mecanismos de defesa encontram-se em congruência com os resultados encontrados nas diferenças entre grupos e as informações da literatura apresentadas. Nomeadamente a correlação positiva entre ambas as dimensões e a Agressão-Passiva, bem como as correlações negativas encontradas entre a Preocupação e as defesas Humor e Supressão.

Por outro lado algumas nem todas as correlações encontradas parecem estar em congruência com os resultados anteriores, nem com as ideias retiradas na literatura. Nomeadamente, correlação positiva encontrada entre a dimensão Preocupação e as defesas Fantasia-autista e Sublimação. A associação desta dimensão com defesas que procuram minimizar afetos negativos parece um pouco contraditória com as ideias revistas neste trabalho, bem como alguns dos resultados achados. No entanto e tendo em conta os resultados anteriores, nomeadamente os resultados encontrados entre os vários estilos em relação a estas defesas, é possível postular que estes resultados possam advir da interação das duas dimensões. Por exemplo, quando temos em consideração as diferenças encontradas anteriormente entre a vinculação Evitante Receosa e a vinculação Preocupada para a defesa Fantasia-Autista, podemos observar que os indivíduos pertencentes a ambos os grupos têm elevados níveis de Preocupação. No entanto, se virmos os valores de ambos os estilos de vinculação observamos que o grupo Preocupado apresenta valores muito inferiores do que o grupo Receoso, podendo isto indicar que a forma como as duas variáveis variam em conjunto e dão forma ao estilo de vinculação do indivíduo pode ser importante para o seu padrão defensivo (conjunto de defesas distintas que englobam o seu funcionamento).

Capítulo 6. Conclusão

Neste capítulo apresentam-se as principais conclusões do presente estudo, são referidas algumas limitações e sugerem-se propostas para futuras investigações.

Apesar de ao longo do tempo se ter começado a verificar uma maior ligação teórica entre a teoria da vinculação e os vários mecanismos de defesa identificados na tradição psicanalítica, só nos últimos anos é que têm começado a surgir estudos empíricos que procuram investigar as relações entre estes dois constructos (Biernbaum, 1998). Tem sido referido por vários autores que vinculações seguras contribuem para o desenvolvimento de defesas mais maduras e adaptativas. O estabelecimento de uma relação positiva e de vínculos seguros com os cuidadores primários, transmite um sentimento de segurança e proporciona um meio contentor, onde os afetos negativos podem ser elaborados, perdendo o seu potencial disruptivo. Isto permite que estes sejam vividos de uma forma adaptativa, promovendo a elaboração de mecanismos de defesa mais maduros. No caso das vinculações inseguras, as falhas nas relações primárias promovem sentimentos de insegurança e acentuam os efeitos disruptivos dos afetos negativos, acentuando a necessidade defensiva. O ego tem assim que recorrer a defesas mais primitivas, moldadas nas relações primárias e que se irão tornar parte do funcionamento futuro do indivíduo (Lyons-Ruth, 1999; Richardson, 2010). Ainda relativamente às vinculações inseguras autores como Eagle e Wolitzky (2009), referem que é possível postular que os estilos de vinculação, resultantes de vinculações inseguras, são o resultado de uma rede complexa de mecanismos de defesa.

A presente investigação teve assim como principal objetivo averiguar a ligação entre estilos de vinculação e os mecanismos de defesa, procurando encontrar evidências empíricas que possam corroborar os aspetos teóricos que procuram unir estes dois constructos. Para esse fim procurou-se estudar a relação entre os vários Estilos de Vinculação, Mecanismos de Defesa e Estilos Defensivos, numa amostra não-clínica, composta por 110 estudantes Universitários, assumindo como objetivos específicos: (1) analisar as relações entre Estilos de Vinculação e Estilos Defensivos; (2) analisar as relações entre as Dimensões da Vinculação e os Estilo de Defensivos; (3) analisar as diferenças nos Estilos Defensivos em função do Tipo de Vinculação (Segura e Insegura); (4) analisar diferenças nos vários Mecanismos de Defesa em função dos

Estilos de Vinculação; (5) analisar as relações entre Dimensões da Vinculação e Mecanismos de Defensivos.

Os resultados permitiram verificar que os vários Estilos de Vinculação e as duas Dimensões da Vinculação (Preocupação e Evitação) se correlacionaram positivamente com os Fatores Defensivos Neurótico e Imaturo, indicando que quanto maior são as inseguranças na vinculação mais os indivíduos empregam defesas de carácter mais imaturo no seu funcionamento. Relativamente à associação entre o Estilo de Vinculação Segura e o Fator Defensivo Maduro, não se verificaram correlações significativas, para além disso foram encontradas correlações positivas entre o Estilo Seguro e os Fatores Neuróticos e Imaturos. Apesar destes resultados irem contra o esperado e o indicado na literatura, é possível verificar que estas observações são resultado da metodologia de cotação do instrumento utilizado para avaliar a Vinculação.

Como esperado foram encontradas diferenças entre a vinculação Segura e Insegura para os Fatores Neurótico e Imaturo, com os indivíduos inseguros a revelarem valores significativamente superiores. Por outro lado, não foram encontradas diferenças significativas entre a Vinculação Segura e Insegura no Fator Maduro. Verifica-se assim que nesta amostra, indivíduos com vinculações Seguras e Inseguras empregam defesas maduras de forma recorrente no seu funcionamento. No entanto verifica-se também que os indivíduos inseguros empregam no seu funcionamento defensivo mais defesas de carácter imaturo do que aqueles com vínculos seguros. Tendo em conta que esta amostra é uma amostra não-clínica composta por participantes saudáveis e que as vinculações inseguras não equivalem a disfuncionalidade, podendo estas manter um carácter adaptativo ajudando o indivíduo a lidar com as suas fragilidades, é compreensível que os indivíduos neste estudo tenham um funcionamento defensivo onde várias defesas de nível maduro são empregues. Apesar disso, a presença de mais defesas Neuróticas e Imaturas nos indivíduos inseguros, parece indicar que estas defesas mais imaturas continuam a fazer parte do funcionamento destes. É plausível argumentar, como alguns autores afirmam, que os indivíduos inseguros ao longo do seu desenvolvimento necessitam de recorrer a defesas mais imaturas para lidarem com as falhas nas relações primárias, continuando estas a fazerem parte do funcionamento do indivíduo ao longo da sua vida.

Quando avaliadas diferenças nos vários Mecanismos de Defesa em função do Estilo de Vinculação, foram encontradas diferenças entre estes em vários dos processos

defensivos. Os resultados encontrados indicam que os diferentes Estilos de Vinculação se associam a Padrões Defensivos diferentes. As diferenças encontradas entre os vários Estilos de Vinculação inseguros parecem indicar que realmente as várias diferenças entre as estratégias inseguras podem dever-se à influência de diferentes Mecanismos de Defesa. As várias correlações encontradas entre as Dimensões da Vinculação parecem também estar de acordo a ideia apresentada.

O presente estudo denota algumas limitações, nomeadamente ao nível dos instrumentos utilizados. Em primeiro lugar ambos os instrumentos são autoaplicáveis, podendo existir vários fatores que podem interferir com as respostas dadas. No caso do instrumento utilizado para avaliar a vinculação, como foi possível observar, este não se revela ideal para alguns dos testes correlacionais. Ainda em relação a este instrumento apesar de este poder ser utilizado para avaliar categorias da vinculação (Estilos de Vinculação), alguns autores defendem que este deve apenas ser utilizado para avaliar as Dimensões da Vinculação.

Em terceiro lugar é importante considerar que a amostra utilizada é uma amostra reduzida, bastante desequilibrada na distribuição dos géneros dos participantes e com uma baixa heterogeneidade de outras variáveis sociodemográficas que podem limitar a extrapolação das conclusões retiradas.

Tendo em conta estas limitações, é possível enumerar um conjunto de sugestões e implicações para investigações futuras. Em termos gerais, serão necessárias mais investigações para aprofundar e procurar clarificar as relações entre as variáveis estudadas. Desta forma, seria útil em investigações futuras recorrer a formas distintas de recolhas de dados, nomeadamente procurar cruzar as informações de instrumentos autoaplicáveis, com as informações provenientes de instrumentos projetivos e entrevistas clínicas. Do mesmo modo, é recomendável a utilização de amostras com maior diversidade sociodemográfica. A comparação de amostras clínicas e não-clínicas revela-se também um fator interessante para possíveis investigações futuras. Finalmente, tendo em conta a importância do desenvolvimento nas ideias apresentadas, a elaboração de estudos longitudinais seria também um aspeto interessante na compreensão desta temática.

Apesar das limitações indicadas, o presente estudo poderá contribuir, de alguma forma, para a compreensão da possível interligação entre a Vinculação e os Mecanismos de Defesa.

Referências Bibliográficas

- Ainsworth, M. (1985). Attachment across the life span. *Bulletin of the New York Academy of Medicine* 61, 792-812.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment: A Psychological Study of Strange Situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Ainsworth, M. S. & Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach To Personality Development. *American Psychologist*, 46(4), 333-341.
- Andresa, M. (2012). *As Relações de Objeto/Estilos de Vinculação e os Mecanismos de Defesa na Personalidade Depressiva*. Tese de Doutoramento em Psicologia Clínica. Universidade de Évora, Évora.
- Andersen, S. & Glassman, N. (1996). Responding to significant others when they are not there: Effects on interpersonal inference, motivation, and affect. In R. Sorrentino & E. Higgins (Eds.), *Handbook of motivation and cognition: Vol. 3. The interpersonal context* (pp. 262–321). New York: Guilford Press.
- Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The Defense Style Questionnaire. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 181 (4), 246-256.
- APA (2004). *Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147–178.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226–244.
- Bernier, A., Larose, S., & Whipple, N. (2005). Leaving home for college: A potentially stressful event for adolescents with preoccupied attachment patterns. *Attachment and Human Development*, 7(2), 171–185.
- Biernbaum, M. (1988). *Attachment style, defense mechanisms, sex, and psychopathological symptom severity: a self-organizational perspective*. University of Washington, United States

Blaya, C., Kipper, L., Heldt, L., Isolan, L., Ceitlin, L., Bond, M., et al. (2004). Brazilian Portuguese version of the Defense Style Questionnaire (DSQ-40) for defense mechanisms measure: a preliminar study. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 26, 255-258.

Block, J., & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins (Ed.), *Development of cognition, affect and social relations: Minnesota symposia on child psychology* (pp. 39–101). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Bond, M., Gardner, S., Christian, J. & Sigal, J. (1983). Empirical study of self-rated defense styles. *Archives of General Psychiatry*, 40, 333-338.

Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psycho-Analysis*, 39, 350–373.

Bowlby, J. (1973). *Separation: anxiety and anger*. New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss* (2nd ed.). New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.

Brennan, K., Clark, C., & Shaver, P. (1998). Self-report measurement of adult attachment: an integrative overview. In J. Simpson, & W. Rholes (Eds), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 46-47). New York: The Guilford Press.

Bretherton, I. e Munholland, K. (2008). Internal Working Models in Attachment Relationships: Elaborating a Central Construct in Attachment Theory. In Cassidy, J. & Shaver, P. (Eds.), *Handbook of attachment: theory, research, and clinical applications* (2nd ed.)(pp. 102-127). New York: Guilford Press.

Caligor, E., Kernberg, O., Clarkin, J. & Rosa, S. (2008). *Psicoterapia Dinâmica das Patologias Leves de Personalidade*. Porto Alegre: Artmed.

Cassidy, J. & Shaver, P. R. (2008). *Handbook of attachment: theory, research, and clinical applications* (2nd ed.). New York: Guilford Press.

Cole-Detke, H. & Kobak, R. (1996). Attachment processes in eating disorder and depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(2), 282–290.

Collins, N., & Read, S. (1994). Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships: Attachment processes in adulthood* (Vol. 5, pp. 53–92). London: Jessica Kingsley.

Cooper, S. (1998). Changing notions of defense within psychoanalytic theory. *Journal of Personality*, 66, 947–964.

Cramer, P. (2006). *Protecting the self: defense mechanisms in action*. New York: Guilford Press.

Dubois-Comtois, K. & Moss, E. (2008). Beyond the dyad: do family interactions influence children's attachment representations in middle childhood? *Attachment and Human Development*, 10, 415-431.

Eagle, M. & Wolitzk, D. (2009.) Adult Psychotherapy from the Perspectives of Attachment Theory and Psychoanalysis. In Obegi, J. & Berant, E. (Eds). *Attachment theory and research in clinical work with adults* (pp. 351-378). New York: Guilford Press.

Flannery R. & Perry J. (1990). Self-rated defense style, life stress, and health status: An empirical assessment. *Psychosomatics*, 31(3), 313-320.

Fosha, D. (2002). The Activation of Affective Change Process in Accelerated Experiential-Dynamic Psychotherapy (AEDP). In Magnavita, J. (Ed). *Comprehensive handbook of psychotherapy* (pp. 309-344). New York: Wiley.

Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. & Target, M. (2002). *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*. New York, Other Press.

Fonagy, P. & Target, M. (2003). *Psychoanalytic theories: perspectives from developmental psychopathology*. London: Whurr.

Fraley, R., Davis, K. & Shaver, P. (1998). Dismissing-avoidance and the defensive organization of emotion, cognition, and behaviour. In J. Simpson & W. Rholes (Eds.)

Attachment theory and close relationships (pp.249-279). New York: The Guilford Press.

Fraley, R., & Shaver, P. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4, 132–154.

Fraley, R. & Waller, N. (1998). Adult attachment patterns: A test of the typological model. In J. Simpson & W. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 77–114). New York: Guilford Press.

Freud, A. (1993). *The ego and the mechanisms of defence* (Rev. ed.). London: Karnac Books.

Freud, S. (1894). The neuro-psychoses of defence. *SE*, 3, 41-61.

Gabbard, G. (2004). *Long-term psychodynamic psychotherapy: a basic text*. Washington, DC: American Psychiatric Pub.

Greenberg M., Cichetti D. & Cummings, M. (1990). *Attachment in the Preschool Years: Theory, research, and intervention*. Chicago: University of Chicago Press.

Griffin, D. & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430–445.

Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511–524.

Hentschel, U. (2004). *Defense mechanisms theoretical, research and clinical perspectives*. Amsterdam: Elsevier.

Leichsenring, F. (1999). Splitting: an empirical study. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 63(3), 520-537.

Lemma, A. (2003). *Introduction to the practice of psychoanalytic psychotherapy*. Chichester: John Wiley & Sons.

- Lopez, F. (2001). Adult attachment orientations, self-other boundary regulation, and splitting tendencies in a college sample. *Journal of Counseling Psychology*, 48, 440-446.
- Lynne, R. e Jacques, B. (2002). Supportive-Expressive Psychotherapy. In Magnavita, J. (Ed). *Comprehensive handbook of psychotherapy (183-344)*. New York: Wiley.
- Lyons-Ruth, K. (1999). The two-person unconscious: Intersubjective dialogue, enactive relational representation, and the emergence of new forms of relational organization. *Psychoanalytic Inquiry*. 19, 576-617.
- Lyons-Ruth, K. (2003). Dissociation and the Parent-Infant Dialogue: A Longitudinal Perspective from Attachment Research. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 51, 883-911.
- Kernberg, O. F. (1976). *Object-relations theory and clinical psychoanalysis*. New York: J. Aronson.
- Klein, M. (1946). Notes on some Schizoid mechanisms. In Mitchell, J. (Ed) *The selected Melanie Klein* (pp. 175-200). New York: Free Press.
- Main, M. & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying disorganized/disoriented infants during the Ainsworth Strange Situation. In M. Greenberg, D. Cichetti & M. Cummings (Eds), *Attachment in the Preschool Years: Theory, research, and intervention* (pp. 121-160). Chicago: University of Chicago Press.
- Matos, A. (2002) *O Desespero: quem da depressão*. Lisboa: Climepsi Editores.
- McWilliams, N. (2005). *Diagnóstico Psicanalítico*. Lisboa: Climepsi.
- Mikulincer, M. (1998). Adult attachment style and individual differences in functional versus dysfunctional experiences of anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 513–524.
- Mikulincer, M., Florian, V., Birnbaum, G. & Malishkevich, S. (2002). The death anxiety buffering function of close relationships: Exploring the effects of separation reminders on death-thought accessibility. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 287–299.

- Mikulincer, M. & Horesh, N. (1999). Adult attachment style and the perception of others: The role of projective mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 1022–1034.
- Mikulincer, M., & Orbach, I. (1995). Attachment styles and repressive defensiveness: The accessibility and architecture of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 917–925.
- Mikulincer, M., Orbach, I. & Iavnieli, D. (1998). Adult attachment style and affect regulation: Strategic variations in subjective self–other similarity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 436–448.
- Mikulincer, M. & Shaver, P. (2002). Attachment related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133-161.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2004). Security based self-representations in adulthood: Contents and processes. In W. S. Rholes & J. A. Simpson (Eds.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 159–195). New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. (2007). *Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., Shaver, P., Cassidy, J. e Berant, E. (2009). Attachment-Related Defensive Processes. In Obegi, J. & Berant, E. (Eds). *Attachment theory and research in clinical work with adults* (pp. 293-327). New York: Guilford Press.
- Moreira, J., Wolfgang, L., Santos, M., Moreira, A., Justo, J., Oliveira, A., Filipe, L. & Faustino, M. (2006). "Experiências em Relações Próximas", um questionário de avaliação das dimensões básicas dos estilos de vinculação nos adultos: Tradução e validação para a população Portuguesa. *Laboratório de Psicologia*, 4(1), 3-27.
- Nelson, J. (2009). An Attachment Perspective on Crying in Psychotherapy. In Obegi, J. & Berant, E. (Eds). *Attachment theory and research in clinical work with adults* (pp.328-347). New York: Guilford Press.
- Paterson, J. (2010). *A psychoanalytic attachment theory perspective of the defenses used in relationships by teenage girls in a children's home*. University of the Witwatersrand, South Africa.

Perry, J. & Bond, M. (2005). Defensive function. In Oldham, J., Andrew, S. & Donna, B. (Eds.) *The American Psychiatric Publishing textbook of personality disorders* (pp. 523-540). Washington, DC: American Psychiatric Pub., 2005.

Person, E., Cooper, A. & Gabbard, G. (2005). *The American Psychiatric Publishing textbook of psychoanalysis*. Washington, DC: American Psychiatric Pub.

Renn, P. (2010). Psychoanalysis, Attachment Theory and the Inner World: How Different Theories Understand the Concept of Mind and the Implications for Clinical Work. *Attachment: New Directions in Psychotherapy and Relational Psychoanalysis*, 4, 146–168.

Richardson, S. (2010). Reaching for Relationship: Exploring the Use of an Attachment Paradigm in the Assessment and Repair of the Dissociative Internal World. *Attachment: New Directions in Psychotherapy and Relational Psychoanalysis*, 4, 7–25

Rivas, E. (2009). *A Comparison of Attachment-Related Defenses and Ego Defense Mechanisms*. University of Tennessee, United States.

Robinson, M. (2012). Attachment Defense Mechanisms and Emotion Usage in Children in Institutions During Middle Childhood Within a South African Context. University of the Witwatersrand, South Africa.

Stern, D. (1985). *The interpersonal world of the infant a view from psychoanalysis and developmental psychology*. London: Karnac Books.

Sroufe, L. (1996). *Emotional development: the organization of emotional life in the early years*. Cambridge: Cambridge University Press.

Sroufe, L., Carlson, E., Levy, A. & Egeland, B. (1999). Implications of attachment theory for developmental psychology. *Development and Psychopathology*, 11, 1-13.

Sroufe, L. & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development*, 48, 1184, 1199.

Vaillant, G. (1971) Theoretical hierarchy of adaptive ego-mechanisms. *Archives of General Psychiatry*, 24: 107–118.

Vaillant, G. (1992). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. New York.: American Psychiatric Press.

Vaillant, G. (1993). *The wisdom of ego*. Cambridge: Harvard University Press.

Vaillant, G. (1994). Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 44-50.

Winnicott, D. (1960a). The theory of the parent-infant relationship. In Winnicott, D. (Ed) *The Maturation Process and facilitating Environment* (37-55). New York: International Universities Press.

Winnicott, D. (1960b). Ego Distortion in Terms of True and False Self. In Winnicott, D. (Ed) *The Maturation Process and facilitating Environment* (140-152). New York: International Universities Press.

Winnicott, D. (1965). *The family and individual development*. London: Tavistock.

Anexos

Anexo 1: Instruções e Questionário Sócio-Demográfico

Instruções

Este trabalho de investigação tem como principal objectivo averiguar como a formação de determinados estilos de vinculação se podem correlacionar com o desenvolvimento de padrões defensivos específicos.

Antes de iniciar a responder aos questionários, peço a sua atenção para alguns aspectos.

Leia as instruções com atenção. Os questionários são anónimos, por isso sinta-se à vontade para responder o mais sinceramente possível. Interessa-nos apenas a sua opinião, não existindo respostas certas nem erradas.

Deverá responder aos questionários pela ordem apresentada. Depois de terminar o preenchimento de um questionário e começar outro, por favor não volte ao anterior.

Peço que não responda aos questionários descuidadamente.

Agradeço mais uma vez a sua colaboração.

Dados demográficos

Idade: _____ Naturalidade: _____

Sexo: F ☐ M ☐

Escolaridade: _____

Anexo 2: Experiencia em relações Próximas (ERP)

Questionário “Experiências em Relações Próximas”

Instruções: Por favor, leia cada uma das seguintes afirmações e avalie o grau em que cada uma delas descreve os seus sentimentos acerca das relações com os seus parceiros (p. ex., marido, namorado, companheiro, etc). Pense em todas as suas relações, passadas e presentes, e responda em termos de como geralmente se sente nessas relações. Responda a cada afirmação indicando o quanto concorda ou discorda. Assinale com um círculo o número correspondente à sua resposta, utilizando a seguinte escala:

| Discordo Fortemente | Neutro/misto | | | | | Concordo fortemente | |
|---|--------------|---|---|---|---|---------------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| <hr/> | | | | | | | |
| 1. Prefiro não mostrar ao meu parceiro/a como me sinto lá no fundo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. Preocupa-me o ser abandonado/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. Sinto-me muito confortável em estar próximo dos meus parceiros/as. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. Preocupa-me muito com as minhas relações afectivas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. Quando o meu parceiro/a começa a aproximar-se emocionalmente de mim, tendo a afastar-me. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. Preocupa-me que os meus parceiros/as não se preocupem tanto comigo como eu com eles. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. Sinto-me desconfortável quando um parceiro/a quer ser muito próximo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. Preocupa-me bastante com a possibilidade de perder o meu parceiro/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9. Não me sinto confortável ao “abrir-me” com os meus parceiros/as. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. Desejo muitas vezes que os sentimentos do meu parceiro/a por mim sejam tão fortes como os meus por ele/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. Quero tornar-me próximo/a do meu parceiro/a mas estou sempre a afastar-me. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. Quero muitas vezes unir-me completamente aos meus parceiros/as e isso, por vezes, afasta-os/as. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13. Fico nervoso quando os meus parceiros/as se tornam demasiado próximos. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14. Preocupa-me o estar sozinho/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 15. Sinto-me confortável ao partilhar os meus pensamentos e sentimentos íntimos com o meu/minha parceiro/a | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 16. O meu desejo de me tornar muito próximo/a por vezes, assusta as pessoas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17. Tento evitar tornar-me demasiado próximo/a do meu parceiro/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 18. Preciso de muitas manifestações de amor para me sentir amado/a pelo meu parceiro/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 19. Sinto que é relativamente fácil tornar-me próximo do meu parceiro/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 20. Às vezes sinto que pressiono os meus parceiros/as para mostrarem mais sentimento e mais empenho. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 21. Sinto dificuldade em permitir a mim mesmo apoiar-me nos meus parceiros/as. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 22. Não me preocupo muitas vezes com o ser abandonado/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 23. Prefiro não ser muito próximo/a dos meus parceiros/as. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 24. Se não consigo que o meu parceiro/a mostre interesse por mim, fico perturbado/a ou zangado/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 25. Conto praticamente tudo ao meu/minha parceiro/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 26. Penso que o meu parceiro/a não se quer tornar tão próximo/a como eu gostaria. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 27. Costumo discutir os meus problemas e preocupações com o meu/minha parceiro/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 28. Quando não estou envolvido/a numa relação, sinto-me um pouco ansioso/a e inseguro/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 29. Sinto-me confortável ao apoiar-me nos meus parceiros/as. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 30. Fico frustrado/a quando o meu/minha parceiro/a não está comigo tanto tempo como eu gostaria. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 31. Não me importo de pedir aos meus parceiros/as conforto, conselhos ou ajuda. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 32. Fico frustrado/a se os meus parceiros/as não estão disponíveis quando eu preciso deles/as. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 33. Ajuda-me poder contar com o meu parceiro/a nas situações de necessidade. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 34. Quando os meus parceiros/as me desaprovam, sinto-me muito mal comigo mesmo/a. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 35. Recorro ao meu parceiro/a para muitas coisas, incluindo conforto e segurança. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 36. Fico ressentido/a quando o meu parceiro/a passa tempo longe de mim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

Anexo 3: Questionário de Estilo Defensivo (DSQ-40)

QUESTIONÁRIO DO ESTILO DE DEFESA (DSQ-40)

INSTRUÇÕES: Leia cada afirmação e decida se concorda ou discorda e em que grau. Se concorda totalmente, faça um círculo à volta do algarismo 9. Se discorda totalmente, faça um círculo à volta do algarismo 1. Se se posiciona algures num ponto intermédio, faça um círculo à volta de um dos algarismos entre 1 e 9. Se está numa posição totalmente neutra ou indeciso faça um círculo à volta do algarismo 5.

Discordo Totalmente 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Concordo Totalmente

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Fico satisfeito(a) quando ajudo os outros e fico deprimido(a) quando sou impedido(a) de o fazer. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 2. Consigo não me preocupar com um problema até ter tempo para lidar com ele. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 3. Alivio a minha ansiedade fazendo qualquer coisa de construtivo e criativo, como pintura ou trabalhos manuais. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 4. Sou capaz de arranjar bons motivos para tudo o que faço. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 5. Sou capaz de rir de mim próprio(a) com bastante facilidade. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 6. As pessoas tendem a tratar-me mal. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 7. Se alguém me assaltasse e roubasse o meu dinheiro, eu preferia que essa pessoa fosse ajudada em vez de ser punida. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 8. As pessoas dizem que eu costumo ignorar os factos desagradáveis como se eles não existissem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 9. Costumo ignorar o perigo como se fosse o Super-Homem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10. Orgulho-me da minha capacidade de pôr as pessoas nos seus devidos lugares. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 11. Frequentemente, actuo de forma impulsiva quando alguma coisa me incomoda. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 12. Fico fisicamente doente quando as coisas não me estão a correr bem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 13. Sou uma pessoa muito inibida. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 14. Fico mais satisfeito com as minhas fantasias do que com a minha vida real. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 15. Tenho qualidades especiais que me permitem levar a vida sem problemas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 16. Há sempre boas razões quando as coisas não me correm bem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 17. Resolvo mais os meus problemas sonhando acordado(a) do que na vida real. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 18. Não tenho medo de nada. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 19. Uma vez, acho que sou um anjo e, outras vezes, acho que sou um demónio. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 20. Fico mesmo agressivo(a) quando me sinto magoado(a). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 21. Na minha opinião as pessoas ou são boas ou são más. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |

| | | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 22. Se o meu chefe me repreendesse, eu poderia cometer um erro no meu trabalho ou trabalhar mais devagar só para me vingar dele. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 23. Conheço alguém que é capaz de fazer qualquer coisa e que é absolutamente justo e imparcial. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 24. Consigo controlar os meus sentimentos se eles interferirem no que estou a fazer. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 25. Habitualmente, sou capaz de ver o lado engraçado de uma situação, mesmo que ela seja desagradável. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 26. Fico com dores de cabeça quando tenho que fazer alguma coisa de que não gosto. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 27. Frequentemente, dou comigo a ser simpático(a) com pessoas com as quais, na realidade, eu deveria estar muito zangado(a). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 28. Tenho a certeza que a vida é injusta comigo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 29. Quando sei que vou ter que enfrentar uma situação difícil, tento imaginar como será e planeio uma forma de lidar com ela. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 30. Os médicos nunca entendem realmente o que está mal comigo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 31. Depois de lutar pelos meus direitos, tenho a tendência para pedir desculpas por ter sido tão firme. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 32. Quando estou deprimido(a) ou ansioso(a), comer faz-me sentir melhor. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 33. Dizem-me frequentemente que não mostro os meus sentimentos. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 34. Se eu puder prever que vou ficar triste com alguma situação, poderei lidar melhor com ela. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 35. Por mais que reclame, nunca consigo uma resposta satisfatória. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 36. Frequentemente, apercebo-me de que não sinto nada em situações que deveriam despertar-me emoções fortes. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 37. Manter-me muito ocupado(a) evita que me sinta deprimido(a) ou ansioso(a). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 38. Se estivesse a passar por uma crise, procuraria aproximar-me de pessoas que tivessem o mesmo problema. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 39. Entre as pessoas que conheço, há sempre alguma que considero um anjo da guarda. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 40. Se tenho um pensamento agressivo, sinto necessidade de fazer alguma coisa para o compensar. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |

Anexo 4: Consentimento Informado e informações sobre a investigação

O meu nome é João Carvalho e estou a realizar um estudo para a elaboração da tese de mestrado do curso de Psicologia da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, sobre a orientação da Professora Constança Biscaia. Este trabalho de investigação intitula-se "Estilos de vinculação e mecanismos de defesa: um estudo com jovens adultos" e tem como principal objectivo procurar como o desenvolvimento de determinados estilos de vinculação se podem correlacionar com padrões defensivos específicos.

A participação nesta investigação é voluntária, sendo possível a desistência a qualquer momento, sem qualquer tipo de penalização.

Aos que concordarem participar ser-vos-á pedido que preencham três questionários. Estes questionários são anónimos, sendo assim mantida a confidencialidade das informações recolhidas. A tarefa proposta não deverá demorar mais de meia hora, não sendo necessária mais nenhuma sessão onde a vossa participação seja solicitada.

Se tiverem alguma dúvida acerca de algum dos componentes da investigação podem consultar o investigador. No caso de desejarem receber alguma informação sobre os resultados do estudo contacto do investigador será disponibilizado.

Se não existirem dúvidas os instrumentos irão ser distribuídos a quem desejar participar.

Anexo 5: Resultados obtidos pelos Participantes em todos os Instrumentos

| | M | DP |
|---|------|------|
| 1. Prefiro não mostrar ao meu parceiro/a como me sinto lá no fundo. | 2.93 | 1.67 |
| 2. Preocupa-me o ser abandonado/a. | 4.48 | 1.70 |
| 3. Sinto-me muito confortável em estar próximo dos meus parceiros/as. | 2.16 | 1.16 |
| 4. Preocupo-me muito com as minhas relações afectivas. | 5.43 | 1.26 |
| 5. Quando o meu parceiro/a começa a aproximar-se emocionalmente de mim, tendo a afastar-me. | 2.67 | 1.66 |
| 6. Preocupa-me que os meus parceiros/as não se preocupem tanto comigo como eu com eles. | 4.42 | 1.73 |
| 7. Sinto-me desconfortável quando um parceiro/a quer ser muito próximo. | 2.98 | 1.79 |
| 8. Preocupo-me bastante com a possibilidade de perder o meu parceiro/a. | 4.60 | 1.67 |
| 9. Não me sinto confortável ao “abrir-me” com os meus parceiros/as. | 2.82 | 1.69 |
| 10. Desejo muitas vezes que os sentimentos do meu parceiro/a por mim sejam tão fortes como os meus por ele/a. | 5.03 | 1.50 |
| 11. Quero tornar-me próximo/a do meu parceiro/a mas estou sempre a afastar-me. | 2.72 | 1.70 |
| 12. Quero muitas vezes unir-me completamente aos meus parceiros/as e isso, por vezes, afasta-os/as. | 2.86 | 1.69 |
| 13. Fico nervoso quando os meus parceiros/as se tornam demasiado próximos. | 2.65 | 1.65 |
| 14. Preocupa-me o estar sozinho/a. | 4.05 | 1.94 |
| 15. Sinto-me confortável ao partilhar os meus pensamentos e sentimentos íntimos com o meu/minha parceiro/a | 2.69 | 1.58 |
| 16. O meu desejo de me tornar muito próximo/a por vezes, assusta as pessoas. | 2.55 | 1.55 |
| 17. Tento evitar tornar-me demasiado próximo/a do meu parceiro/a. | 2.78 | 1.64 |
| 18. Preciso de muitas manifestações de amor para me sentir amado/a pelo meu parceiro/a. | 3.95 | 1.70 |
| 19. Sinto que é relativamente fácil tornar-me próximo do meu parceiro/a. | 3.05 | 1.55 |
| 20. Às vezes sinto que pressiono os meus parceiros/as para mostrarem mais sentimento e mais empenho. | 3.48 | 1.74 |
| 21. Sinto dificuldade em permitir a mim mesmo apoiar-me nos meus parceiros/as. | 3.12 | 1.73 |
| 22. Não me preocupo muitas vezes com o ser abandonado/a. | 4.26 | 1.79 |
| 23. Prefiro não ser muito próximo/a dos meus parceiros/as. | 2.19 | 1.34 |
| 24. Se não consigo que o meu parceiro/a mostre interesse por mim, fico perturbado/a ou zangado/a. | 4.28 | 1.64 |
| 25. Conto praticamente tudo ao meu/minha parceiro/a. | 3.05 | 1.54 |
| 26. Penso que o meu parceiro/a não se quer tornar tão próximo/a como eu gostaria. | 2.85 | 1.67 |
| 27. Costumo discutir os meus problemas e preocupações com o meu/minha parceiro/a. | 2.39 | 1.25 |
| 28. Quando não estou envolvido/a numa relação, sinto-me um pouco ansioso/a e inseguro/a. | 3.10 | 1.90 |
| 29. Sinto-me confortável ao apoiar-me nos meus parceiros/as. | 2.45 | 1.31 |

| | | |
|---|-------|-------|
| 30. Fico frustrado/a quando o meu/minha parceiro/a não está comigo tanto tempo como eu gostaria. | 4.18 | 1.58 |
| 31. Não me importo de pedir aos meus parceiros/as conforto, conselhos ou ajuda. | 2.32 | 1.22 |
| 32. Fico frustrado/a se os meus parceiros/as não estão disponíveis quando eu preciso deles/as. | 4.46 | 1.46 |
| 33. Ajuda-me poder contar com o meu parceiro/a nas situações de necessidade. | 1.94 | 0.93 |
| 34. Quando os meus parceiros/as me desaprovam, sinto-me muito mal comigo mesmo/a. | 4.11 | 1.76 |
| 35. Recorro ao meu parceiro/a para muitas coisas, incluindo conforto e segurança. | 2.38 | 1.17 |
| 36. Fico ressentido/a quando o meu parceiro/a passa tempo longe de mim. | 3.91 | 1.60 |
| Evitação | 2.63 | 1.05 |
| Preocupação | 4.00 | 1.03 |
| Vinculação Segura | 19.03 | 7.01 |
| Vinculação Preocupada | 20.70 | 11.34 |
| Vinculação Receosa | 19.37 | 12.13 |
| Vinculação Desligada | 16.88 | 9.86 |
| 1. Fico satisfeito(a) quando ajudo os outros e fico deprimido(a) quando sou impedido(a) de o fazer. | 6.45 | 1.74 |
| 2. Consigo não me preocupar com um problema até ter tempo para lidar com ele. | 3.73 | 2.46 |
| 3. Alivio a minha ansiedade fazendo qualquer coisa de construtivo e criativo, como pintura ou trabalhos manuais. | 4.95 | 2.46 |
| 4. Sou capaz de arranjar bons motivos para tudo o que faço. | 6.14 | 1.84 |
| 5. Sou capaz de rir de mim próprio(a) com bastante facilidade. | 7.35 | 1.69 |
| 6. As pessoas tendem a tratar-me mal. | 2.49 | 1.78 |
| 7. Se alguém me assaltasse e roubasse o meu dinheiro, eu preferia que essa pessoa fosse ajudada em vez de ser punida. | 3.68 | 2.23 |
| 8. As pessoas dizem que eu costumo ignorar os factos desagradáveis como se eles não existissem. | 2.86 | 2.00 |
| 9. Costumo ignorar o perigo como se fosse o Super-Homem. | 2.40 | 1.62 |
| 10. Orgulho-me da minha capacidade de pôr as pessoas nos seus devidos lugares. | 4.74 | 1.98 |
| 11. Frequentemente, actuo de forma impulsiva quando alguma coisa me incomoda. | 4.90 | 2.42 |
| 12. Fico fisicamente doente quando as coisas não me estão a correr bem. | 4.00 | 2.46 |
| 13. Sou uma pessoa muito inibida. | 3.94 | 2.17 |
| 14. Fico mais satisfeito com as minhas fantasias do que com a minha vida real. | 4.07 | 2.45 |

| | | |
|--|------|------|
| 15. Tenho qualidades especiais que me permitem levar a vida sem problemas. | 4.33 | 2.16 |
| 16. Há sempre boas razões quando as coisas não me correm bem. | 4.83 | 2.10 |
| 17. Resolvo mais os meus problemas sonhando acordado(a) do que na vida real. | 3.57 | 2.32 |
| 18. Não tenho medo de nada. | 2.05 | 1.56 |
| 19. Uma vez, acho que sou um anjo e, outras vezes, acho que sou um demónio. | 4.35 | 2.65 |
| 20. Fico mesmo agressivo(a) quando me sinto magoado(a). | 4.22 | 2.53 |
| 21. Na minha opinião as pessoas ou são boas ou são más. | 3.01 | 2.35 |
| 22. Se o meu chefe me repreendesse, eu poderia cometer um erro no meu trabalho ou trabalhar mais devagar só para me vingar dele. | 2.41 | 1.80 |
| 23. Conheço alguém que é capaz de fazer qualquer coisa e que é absolutamente justo e imparcial. | 4.41 | 2.74 |
| 24. Consigo controlar os meus sentimentos se eles interferirem no que estou a fazer. | 4.98 | 2.18 |
| 25. Habitualmente, sou capaz de ver o lado engraçado de uma situação, mesmo que ela seja desagradável. | 6.07 | 2.00 |
| 26. Fico com dores de cabeça quando tenho que fazer alguma coisa de que não gosto. | 4.09 | 2.35 |
| 27. Frequentemente, dou comigo a ser simpático(a) com pessoas com as quais, na realidade, eu deveria estar muito zangado(a). | 5.38 | 2.54 |
| 28. Tenho a certeza que a vida é injusta comigo | 3.05 | 2.26 |
| 29. Quando sei que vou ter que enfrentar uma situação difícil, tento imaginar como será e planeio uma forma de lidar com ela. | 6.94 | 2.02 |
| 30. Os médicos nunca entendem realmente o que está mal comigo. | 2.75 | 1.95 |
| 31. Depois de lutar pelos meus direitos, tenho a tendência para pedir desculpas por ter sido tão firme. | 4.30 | 2.31 |
| 32. Quando estou deprimido(a) ou ansioso(a), comer faz-me sentir melhor. | 4.83 | 2.71 |
| 33. Dizem-me frequentemente que não mostro os meus sentimentos. | 4.56 | 2.75 |
| 34. Se eu puder prever que vou ficar triste com alguma situação, poderei lidar melhor com ela. | 5.61 | 2.15 |
| 35. Por mais que reclame, nunca consigo uma resposta satisfatória. | 3.95 | 2.21 |
| 36. Frequentemente, apercebo-me de que não sinto nada em situações que deveriam despertar-me emoções fortes. | 3.50 | 2.48 |
| 37. Manter-me muito ocupado(a) evita que me sinta deprimido(a) ou ansioso(a). | 6.00 | 2.44 |
| 38. Se estivesse a passar por uma crise, procuraria aproximar-me de pessoas que tivessem o mesmo problema. | 4.41 | 2.30 |
| 39. Entre as pessoas que conheço, há sempre alguma que considero um anjo da guarda. | 5.49 | 2.70 |
| 40. Se tenho um pensamento agressivo, sinto necessidade de fazer alguma coisa para o compensar. | 4.31 | 2.42 |

| | | |
|------------------|------|------|
| Pseudo-Altruismo | 5.43 | 1.62 |
| Supressão | 4.35 | 1.92 |
| Sublimação | 5.47 | 1.89 |
| Racionalização | 5.48 | 1.54 |
| Humor | 6.71 | 1.60 |
| Projeção | 2.77 | 1.82 |
| Formação-Reativa | 4.53 | 1.74 |
| Negação | 2.46 | 1.32 |
| Dissociação | 3.36 | 1.52 |
| Desvalorização | 4.34 | 1.44 |
| Acting-Out | 4.56 | 2.07 |
| Somatização | 4.05 | 1.96 |
| Fantasia-Autista | 3.82 | 2.11 |
| Clivagem | 3.68 | 2.03 |
| Idealização | 4.95 | 2.18 |
| Antecipação | 6.27 | 1.66 |
| Anulação | 4.30 | 1.81 |
| Isolamento | 4.03 | 2.17 |
| Deslocamento | 3.79 | 1.67 |
| Agressão-Passiva | 3.18 | 1.44 |
| Fator Maduro | 5.70 | 1.01 |
| Fator Neurótico | 4.80 | 1.09 |
| Fator Imaturo | 3.79 | 0.87 |

N=110